



Informe final de investigación

Gamificación para la gestión emocional y el proyecto de vida: Un enfoque para mujeres
migrantes venezolanas

Emerson David Contreras Galvis

Yuri Elena Cetina Jaimes

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Santanderes

Sede Cúcuta / Bucaramanga, Santander

Maestría en Ambientes de Aprendizaje

2025

Informe final de investigación

Gamificación para la gestión emocional y el proyecto de vida: Un enfoque para mujeres
migrantes venezolanas

Emerson David Contreras Galvis

Yuri Elena Cetina Jaimes

Directora del trabajo de grado:

Magíster Gisela Alexandra Leal Leal

Informe final de la opción de grado Trabajo de investigación presentado como requisito
para optar al título de Magíster en Ambientes de Aprendizaje

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Santanderes

Sede Cúcuta / Bucaramanga, Santander

Maestría en Ambientes de Aprendizaje

2025

Agradecimientos

Deseamos expresar nuestro más profundo agradecimiento a la Universidad Minuto de Dios por brindarnos la oportunidad de cursar esta enriquecedora Maestría en Ambientes de Aprendizaje. A la maestra Gisela Alexandra Leal Leal, nuestro más sincero reconocimiento por su invaluable guía, dedicación y experticia, fundamentales para el desarrollo de este trabajo de grado. Asimismo, agradecemos al coordinador de la maestría por su liderazgo y las valiosas directrices que orientaron este proceso investigativo. Finalmente, extendiendo nuestra gratitud a la Corporación Minuto de Dios, cuyo apoyo y colaboración hicieron posible la materialización de este proyecto.

Contenido

Lista de tablas.....	6
Lista de figuras.....	7
Lista de anexos.....	8
Resumen.....	10
Introducción.....	11
1. Descripción del problema.....	15
1.1 Planteamiento del problema.....	15
1.2 Formulación de Investigación.....	18
2. Justificación.....	19
3. Objetivos.....	21
3.1 Objetivo General.....	21
3.2 Objetivos Específicos.....	21
4. Marco Referencial.....	23
4.1 Antecedentes.....	24
Antecedentes internacionales.....	25
Antecedentes nacionales.....	31
4.2 Marco Teórico.....	39
4.2.1 Ambientes de aprendizaje.....	40
4.2.2 Gestión emocional y proyecto de vida.....	44
4.2.3 Estrategia de gamificación.....	48
4.2.1 Sistema de categorías de la investigación.....	52
4.3 Marco conceptual.....	54
4.4 Marco Legal.....	57
5. Metodología.....	60
5.1 El Enfoque de la investigación.....	60
5.2 Diseño de investigación.....	61
5.3 El procedimiento o fases.....	62
5.4 Población y muestra poblacional.....	64
5.5 Técnicas e instrumentos de recolección de información.....	67
5.5.1 Criterios de validez y fiabilidad del instrumento.....	69

1.1	Técnicas de análisis de la información.....	74
6.	Análisis de resultados	75
6.1	Necesidades y desafíos en la gestión emocional y el proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas en la Comuna 8 de Cúcuta	76
	Travesía y migración: experiencia de mujeres migrantes.....	76
i.	Experiencia migratoria	77
ii.	Integración social	80
iii.	Motivos de migración.....	82
iv.	Redes de apoyo	84
v.	Violencia y discriminación.....	86
6.2	Diseño colaborativo de un ambiente de aprendizaje gamificado para el fortalecimiento emocional y la construcción del proyecto de vida	109
6.3	Implementación del ambiente gamificado como estrategia para el desarrollo emocional y la proyección personal	114
6.4	Impactos de la experiencia gamificada en la gestión emocional y el proyecto de vida de mujeres migrantes.....	122
7.	Conclusiones.....	¡Error! Marcador no definido.
8.	Recomendaciones	136
	Referencias bibliográficas.....	137
	Anexos	146

Lista de tablas

Tabla 1 Inteligencia emocional de Goleman.....	47
Tabla 2 Ciclo de aprendizaje de Kolb	50
Tabla 3 Estilos de aprendizaje.....	51
Tabla 4 Categorías, subcategorías deductivas e inductivas.....	53
Tabla 5 Observaciones generales a la estructura de las categorías por parte de validadores expertos	70
Tabla 6 Evaluación de cada ítem del instrumento de entrevista por parte de los validadores expertos	72
Tabla 7. Diario de Campo 1	114
Tabla 8. Diario de Campo 2	115
Tabla 9. Diario de campo 3	116

Lista de figuras

Figura 1. Fases de la investigación	64
Figura 2. Travesía y migración: experiencia de mujeres migrantes.....	77
Figura 3. Emoción, género y resiliencia: navegando el impacto emocional de la migración.	92
Figura 4. Necesidades y desafíos	106
Figura 5. Gamificación para el aprendizaje.	107
Figura 6. Diseño del programa.....	108
Figura 7. Beneficios esperados	108

Lista de anexos

Anexo A. Entrevista Semiestructurada	146
Anexo B. Observaciones y validación general del Validador 1	148
Anexo C. Carta invitación Validador 1	148
Anexo D. Observaciones y validación general del Validador 2	152
Anexo E. Carta invitación Validador 2.....	153
Anexo F. Consentimiento informado	156

GENERALIDADES DEL PROYECTO

Presentado en	No aplica		
Identificado	Contrato: No aplica Código SAP: No aplica		
Programa o Unidad Académica	Maestría en Ambientes de Aprendizaje		
Grupo de investigación	GRUPO DE INVESTIGACIÓN EN DESARROLLO HUMANO, TEJIDO SOCIAL E INNOVACIONES TECNOLÓGICAS - GIDTI		
Línea de investigación	Didáctica y Ambientes de Aprendizaje		
Sublínea de investigación			
Duración en meses	24 meses (2 años)		
Investigador principal	Emerson David Contreras Galvis Yuri Elena Cetina Jaimes	Cedula de Ciudadanía:	1092345875 de Villa del Rosario 1090429258 de Cúcuta
Lugar ejecución	Centro de desarrollo Minuto de Dios		
Email investigador principal	emerson.contreras@uniminuto.edu.co yuri.cetina@uniminuto.edu.co		
Valor Solicitud Cofinanciación	NO APLICA		
Aportes de contrapartida	NO APLICA		
Valor total del proyecto	NO APLICA		

Resumen

Este estudio tuvo como propósito diseñar y evaluar un ambiente de aprendizaje gamificado orientado al fortalecimiento de la gestión emocional y la construcción del proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas residentes en Cúcuta. Estas mujeres enfrentan condiciones de precariedad, experiencias de discriminación, afectaciones emocionales y dificultades para proyectar metas personales a raíz del proceso migratorio. A través de un enfoque de Investigación Acción Participativa (IAP), se desarrollaron e implementaron colaborativamente tres sesiones fundamentadas en principios de gamificación. Los resultados evidencian un impacto positivo, reflejado en la creación de un espacio seguro de escucha y apoyo mutuo, mejoras en el bienestar emocional, fortalecimiento de la autoestima y clarificación de objetivos personales y familiares. En conclusión, se identifica que la gamificación, integrada en procesos participativos, constituye una estrategia viable y eficaz para acompañar a mujeres migrantes en su proceso de empoderamiento personal, con efectos potenciales en el desarrollo integral de sus hijos e hijas, especialmente en contextos de vulnerabilidad.

Palabras clave: ambiente de aprendizaje, gamificación, gestión emocional, mujeres migrantes, proyecto de vida.

Abstract

This study aimed to design and evaluate a gamified learning environment aimed at strengthening emotional management and building life plans for Venezuelan migrant women living in Cúcuta. These women face precarious conditions, experiences of discrimination, emotional hardship, and difficulties in setting personal goals as a result of the migration process. Using a Participatory Action Research (PAR) approach, three sessions based on gamification principles were collaboratively developed and implemented. The results show a positive impact, reflected in the creation of a safe space for listening and mutual support, improvements in emotional well-being, strengthening of self-esteem, and clarification of personal and family goals. In conclusion, it is identified that gamification, integrated into participatory processes, constitutes a viable and effective strategy for supporting migrant women in their process of personal empowerment, with potential effects on the comprehensive development of their children, especially in vulnerable contexts.

Keywords: learning environment, gamification, emotional management, migrant women, life plan.

Introducción

La migración se constituye en una problemática social que se ha incrementado a lo largo de los años, teniendo un importante impacto en la vida de millones de personas. Esta problemática ha generado una necesidad imperiosa de atender a esta población vulnerable, especialmente a las mujeres, quienes, enfrentan dificultades que van desde la violencia sexual, violencia de género, trata de personas, xenofobia y tráfico de migrantes. Asimismo, enfrentan dificultades relacionadas con las responsabilidades de cuidado con sus hijos y personas mayores, lo que a su vez se relaciona con menores oportunidades para acceder a medios de vida, servicios de salud, educación y trabajo (Organización de Naciones Unidas Colombia, 2024).

No obstante, las mujeres cuentan con una valiosa capacidad para integrar las experiencias de su vida por medio de la resiliencia. De hecho, en Colombia, se han adelantado esfuerzos dirigidos a mujeres migrantes de nacionalidad venezolana con el objetivo de fortalecer las capacidades y favorecer su inclusión socioeconómica a nivel nacional. Esto se ha realizado desde un enfoque de género y a través de estrategias de diálogos comunitarios, en el marco de la prevención de violencias basadas en género, empoderamiento, empleabilidad y protección de las mujeres (Organización de Naciones Unidas Colombia, 2024).

Ahora bien, las dificultades que enfrentan las mujeres migrantes, como la violencia, la discriminación y la dificultad para acceder a recursos básicos, impactan en su salud mental, su autoestima y su capacidad para construir un proyecto de vida estable y satisfactorio. Por ello, en este proyecto de investigación, la gamificación es una herramienta para fortalecer las habilidades de gestión emocional y la construcción del proyecto de vida en las mujeres migrantes. Esta herramienta, además de ser motivadora, puede ser un espacio de aprendizaje y crecimiento personal que les permita afrontar los desafíos de la migración.

De hecho, autores como Fernández-Arias et al. (2020) demostraron que la gamificación es una técnica que puede emplearse más allá de las aulas, llegando a ser utilizada en entornos globales. Incluso, esta técnica permite adquirir competencias por medio del juego y puede usarse en contextos relacionados con la igualdad de género y el desarrollo comunitario. En este sentido, la gamificación permite crear ambientes de aprendizaje dinámicos que permiten la expresión y el manejo de las emociones. Además, los retos y desafíos que se plantean en los juegos pueden estimular la resiliencia, la perseverancia y la capacidad de adaptación, características fundamentales para superar las dificultades propias de la migración. Por último, la gamificación puede facilitar la exploración de nuevas oportunidades, la identificación de recursos y la planificación a futuro.

Para ello, este estudio se centrará en un grupo de mujeres migrantes venezolanas residentes de la ciudad de Cúcuta, por medio de un diseño de Investigación Acción Participativa (IAP). Este diseño permitirá un conocimiento más profundo y contextualizado sobre la realidad de las mujeres migrantes venezolanas, así como promover la colaboración entre investigadores, profesionales y mujeres migrantes.

Al respecto, Paulo Freire (2022) aboga por una educación que no se limite a transmitir información, sino que busca concientizar y empoderar a los individuos para que sean agentes de cambio en su realidad. Esto se alinea con un enfoque de IAP al promover la participación activa y la construcción de conocimiento conjuntamente con las mujeres migrantes. Igualmente, Fals Borda (como se cita en Ortiz y Borjas, 2008) resalta que la IAP es un enfoque metodológico que busca la transformación social a través de la participación activa de las comunidades; esto se da en este proyecto en la medida en que se busca integrar las experiencias de las mujeres migrantes, construir

conocimiento conjuntamente, y utilizar la gamificación como una herramienta para el empoderamiento y la transformación social (Ortiz y Borjas, 2008).

El enfoque praxeológico¹ también constituye un marco metodológico y teórico útil para este estudio, ya que permite entender a esta población como un objeto de estudio dinámico y complejo, asimismo, este enfoque enfatiza en la experiencia y la reflexión crítica. Es decir, propone comprender a profundidad las experiencias de los participantes y el contexto sociocultural en el cual se enmarcan. Esto es especialmente relevante para el diseño de este programa de gamificación ya que permite comprender las experiencias de las mujeres migrantes y trabajar participativamente (Vargas, 2011).

A continuación, este proyecto se estructura en siete capítulos que abordan de manera secuencial y lógica la temática de la investigación. En el primer capítulo se contextualiza la problemática, exponiendo la justificación del estudio, definiendo los objetivos específicos y el alcance de la investigación. El segundo capítulo se centra en el Marco Referencial, revisando las teorías y conceptos que sustentan la investigación. El tercer capítulo describe la Metodología utilizada, detallando el diseño de la investigación, la población y muestra, las técnicas de recolección de datos, los instrumentos y los métodos de análisis de la información. El cuarto capítulo presenta los Resultados obtenidos a través de las técnicas de recolección de datos, incluyendo la información obtenida.

El quinto capítulo se centra en la Discusión de los resultados, interpretándolos a la luz del marco referencial, analizando las implicaciones de los hallazgos y reconociendo las posibles limitaciones del estudio. El sexto capítulo presenta las Conclusiones, resumiendo las principales aportaciones de la investigación y respondiendo a las preguntas de investigación planteadas. Por último, el séptimo capítulo ofrece Recomendaciones prácticas para aplicar los resultados de la

investigación en la intervención psicosocial con mujeres migrantes venezolanas, incluyendo posibles líneas de investigación futuras. Esta estructura ordenada facilita la comprensión del proyecto, permitiendo al lector seguir un recorrido lógico a través de los diferentes aspectos de la investigación y su impacto en la temática estudiada.

1. Descripción del problema

1.1 Planteamiento del problema

Según las Naciones Unidas (2024), en la actualidad cerca de 280 millones de personas a nivel internacional se consideran migrantes, llegando a representar el 3,5% de la población mundial. A finales de 2023, se reportó que cerca de 117 millones de personas se consideran desplazadas de sus territorios a causa de violaciones a los derechos humanos, conflictos armados, violencia, entre otros. Estas personas desplazadas están conformadas por refugiados, solicitantes de asilo, desplazados internos, que necesitan protección internacional, entre otros (ACNUR, 2023).

En el caso de la migración desde Venezuela, cerca de 8 millones de personas han migrado de este país buscando estrategias de protección y ayuda humanitaria, de los cuales más de 6,5 millones han sido acogidos en países de América Latina. Además, una gran parte de las personas refugiadas y migrantes de Venezuela son familias conformadas por mujeres embarazadas, madres cabeza de hogar, niños, niñas y adolescentes, adultos mayores y con discapacidad, lo cual requiere de esfuerzos de regularización, acceso a derechos y servicios (Agencia de la ONU para los Refugiados [ACNUR], 2024).

Además, de acuerdo con la Organización Internacional para las Migraciones [OIM] (2024) y según la Plataforma de Coordinación Interagencial para Refugiados y Migrantes de Venezuela (2024), la mayoría de los migrantes y refugiados de Venezuela son acogidos en Colombia (2,86 M), Perú (1,54 M), Brasil (568,1 K), Ecuador (444,8 K) y Chile (532,7 K), países que han realizado importantes avances en el otorgamiento de estatus y ayuda humanitaria. No obstante, esta población continúa siendo expuesta a situaciones de violencia, condiciones inseguras, problemas de protección, necesidades básicas insatisfechas, discriminación y xenofobia.

En Colombia, a enero de 2024, la población de refugiados y migrantes venezolanos es de 2.857.528, de las cuales 348.312 se encuentran en proceso para adquirir el Estatuto Temporal de Protección y 1.908.694 ya han recibido el Permiso por Protección Temporal (PPT). Además, se estima que cerca de 500.000 personas se encuentran en condición de irregularidad (Plataforma de Coordinación Interagencial para Refugiados y Migrantes de Venezuela, 2024).

En el caso de las mujeres, según una encuesta realizada por OIM entre 2017 y 2018 a personas con nacionalidad venezolana en Brasil, Perú y Colombia, el 42% de las personas entrevistadas eran mujeres y 58% eran hombres. Además, la mayoría de las mujeres tenían edades comprendidas entre los 18 y 34 años, la mayoría no tenían estatus migratorio regular y cerca del 35% reportaron viajar solas (OIM, 2018; Plataforma de Coordinación Interagencial para Refugiados y Migrantes de Venezuela, 2020).

Asimismo, las mujeres migrantes venezolanas en Colombia enfrentan una feminización de la pobreza que se manifiesta en la falta de acceso a educación, empleo, salud y derechos básicos. Sumado a esto, existe un alto nivel de vulnerabilidad por razones de género, lo cual se evidencia en cifras de violencia física, psicológica y sexual. Igualmente, la falta de documentación regular para las migrantes limita su acceso a oportunidades y servicios básicos. Esto las hace más vulnerables a la explotación laboral, la violencia y la trata de personas (Comisión Económica para América Latina y el Caribe, 2024).

En este contexto, la migración forzada y la violencia impactan de manera importante la salud mental de las mujeres migrantes. Santillantes (2021) demostró en una investigación sobre la relación entre violencia y depresión de mujeres migrantes que el desarraigo por la migración se asocia con mayores niveles de estrés y depresión en esta población. De la misma manera, las formas de atención en los servicios de salud mental para las mujeres suelen ser limitadas debido a

las barreras económicas, culturales y sociales que se pueden presentar en este proceso. También Eguiluz (2021) encontraron que la salud mental de las mujeres migrantes se puede ver afectada debido a la vulnerabilidad preexistente, el proceso migratorio, la discriminación, el proceso de duelo, el llamado “Síndrome de Ulises” y la precariedad laboral.

Siendo así, en la literatura se sugiere la importancia de trabajar el proyecto de vida, las experiencias laborales y la gestión emocional de las mujeres migrantes. Silva et al. (2018) recomiendan trabajar el proyecto de vida con esta población, debido a que esto les permite identificar sus metas, fortalecer su autoestima y recuperar el control sobre sus propias vidas. Además, el apoyo en la elaboración de un proyecto de vida les permite enfrentar los desafíos de la migración de manera más positiva y constructiva.

En otro sentido, Asakura (2016) recomienda herramientas para la gestión de emociones en mujeres migrantes, argumentando que las emociones son una fuerza poderosa que impulsa las acciones de esta población. Lo anterior porque las experiencias de violencia, desplazamiento, discriminación y exclusión generan una amplia gama de emociones, que a su vez determinan sus estrategias de afrontamiento y sus decisiones.

Es en este contexto que surge la importancia de desarrollar un programa de gamificación basado en un enfoque de Investigación Acción Participativa (IAP) para la gestión emocional y el desarrollo del proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas. La gamificación, combinada con la IAP, permiten generar un espacio lúdico y participativo para fortalecer las habilidades de gestión emocional, promover la resiliencia, estimular la creatividad y facilitar la construcción de proyectos de vida con objetivos claros y estrategias concretas. Asimismo, la participación activa de las mujeres migrantes en todas las etapas del proceso de diseño, implementación y evaluación del programa de gamificación es fundamental para asegurar su eficacia y relevancia, brindándoles

un mayor control sobre sus propias vidas y empoderándolas para afrontar los desafíos de la migración con resiliencia y esperanza.

1.2 Formulación de Investigación

1. ¿Cómo puede la gamificación desde la Investigación Acción Participativa contribuir a la gestión emocional y al proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas?

2. Justificación

La presente investigación sobre la gamificación para la gestión emocional y el desarrollo del proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas a partir de un diseño de Investigación Acción Participativa se justifica por su conveniencia, relevancia social e implicaciones prácticas.

En primer lugar, este estudio es conveniente e importante debido a su carácter social en la medida en que se presenta como una respuesta a las necesidades de la población migrante venezolana, especialmente las mujeres, quienes enfrentan dificultades para adaptarse a un nuevo contexto, gestionar sus emociones y construir un proyecto de vida estable. En este sentido, la gamificación es una herramienta que ayuda a abordar de manera creativa y efectiva los desafíos que enfrentan estas mujeres (vulnerabilidad de género).

Además, este estudio goza de relevancia social, ya que se centra en mejorar la calidad de vida de las mujeres venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, beneficiarias indirectas del programa de Ludoteca de la Corporación Organización El Minuto de Dios regional Santander, contribuyendo a su bienestar emocional, a su integración social, y a la construcción de un futuro más esperanzador en su nuevo contexto.

A su vez, este estudio tiene un importante valor metodológico, debido a que el programa de gamificación empleado podría ser implementado en organizaciones que trabajan con mujeres migrantes, centros de atención psicosocial y programas educativos, dando respuesta a las carencias en atención emocional y orientación de vida de los programas de apoyo psicosocial y educativo existentes. Es decir, los resultados de esta investigación podrían contribuir a la producción de conocimiento en el ámbito de la educación para la inclusión y el bienestar, sino que también sirve como base para el diseño de estrategias replicables por instituciones educativas, organizaciones sociales y entidades gubernamentales que trabajan con población migrante. A través de una

propuesta centrada en el juego como mediador, se busca abrir espacios de diálogo interior, de elaboración simbólica del dolor y de construcción de futuro, reafirmando el derecho de todas las personas —sin importar su lugar de origen— a educarse, proyectarse y sanar.

Teóricamente, esta propuesta se fundamenta en los aportes de la gamificación como estrategia motivacional y de transformación pedagógica, la inteligencia emocional como competencia clave para la vida, y el proyecto de vida como horizonte de sentido en procesos de resignificación personal y social. Estos marcos dialogan con una mirada crítica de la educación que reconoce la necesidad de diseñar experiencias formativas contextualizadas, que interpelen tanto lo cognitivo como lo afectivo, y que posicionen a las mujeres migrantes no como objetos de intervención, sino como sujetas capaces de narrar, reconstruir y proyectar su historia desde un lugar activo.

En este sentido, el presente estudio goza de valor teórico dado que permite comprender el vacío en la investigación actual al profundizar en aspectos emocionales y de proyecto de vida que enfrentan las mujeres migrantes venezolanas. Por el contrario, la literatura actual tiende a fragmentar el abordaje de las problemáticas que afectan a esta población, sin articular de forma sistémica dimensiones esenciales como el manejo emocional y la construcción de un proyecto de vida con sentido.

Además, la investigación aporta un marco teórico para el diseño de intervenciones que sean cultural y socialmente sensibles, las cuales contribuyen al bienestar psicosocial de esta población. De esta manera, la propuesta integra la innovación educativa con un enfoque transformador sensible al género y a las experiencias migratorias. En general, este estudio permite aportar conocimiento en torno a este tema de interés y a intervenciones para mujeres migrantes, promoviendo el cambio y la participación social.

3. Objetivos

3.1 Objetivo General

Desarrollar un proyecto de ambiente de aprendizaje gamificado para la gestión emocional y el desarrollo del proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, beneficiarias indirectas del programa de Ludoteca de la Corporación Organización El Minuto de Dios regional Santander.

3.2 Objetivos Específicos

- Identificar las necesidades y desafíos con relación a la gestión emocional y el proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, beneficiarias indirectas del programa de Ludoteca de la Corporación Organización El Minuto de Dios regional Santander.
- Diseñar de manera colaborativa un proyecto ambiente de aprendizaje gamificado que aborde las necesidades y desafíos identificados con relación a la gestión emocional y el proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, beneficiarias indirectas del programa de Ludoteca de la Corporación Organización El Minuto de Dios regional Santander.
- Ejecutar el proyecto de ambientes de aprendizaje gamificado para la gestión emocional y el desarrollo del proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, beneficiarias indirectas del programa de Ludoteca de la Corporación Organización El Minuto de Dios regional Santander.
- Valorar el impacto de la implementación del ambiente de aprendizaje gamificado para la gestión emocional y el desarrollo del proyecto de vida de mujeres migrantes

venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, beneficiarias indirectas del programa de Ludoteca de la Corporación Organización El Minuto de Dios regional Santander.

4. Marco referencial

El fenómeno de la migración ha tenido un crecimiento exponencial en las últimas décadas, siendo considerado un desafío global que impacta a millones de personas a nivel internacional. Este proceso, especialmente cuando se trata de migración forzada, genera un impacto significativo no solo en la salud mental sino también en el bienestar general de los migrantes, quienes enfrentan una serie de obstáculos que dificultan su adaptación y desarrollo en un nuevo contexto. Las mujeres migrantes, en particular, se encuentran en una situación de vulnerabilidad por razones de género, lo que las expone a riesgos específicos y limita sus oportunidades de acceso a recursos y servicios.

La problemática de las mujeres migrantes venezolanas en Colombia y en la ciudad de Cúcuta es particularmente preocupante. La crisis sociopolítica que atraviesa Venezuela ha generado una ola migratoria sin precedentes hacia países vecinos, donde estas mujeres enfrentan desafíos como la xenofobia, la discriminación, la falta de acceso a la educación y el empleo, y la violencia de género. Estas experiencias impactan en su salud mental, su autoestima y su capacidad para construir un proyecto de vida estable y satisfactorio. Por ello, es fundamental desarrollar estrategias innovadoras con el fin de atender las necesidades específicas de esta población y promover su bienestar emocional y su empoderamiento.

Siendo así, este proyecto de investigación se centra en la gestión emocional y el proyecto de vida de las mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, beneficiarias indirectas del programa de Ludoteca de la Corporación Organización El Minuto de Dios regional Santander. El problema de investigación se plantea en torno a la dificultad que enfrentan estas mujeres para gestionar sus emociones, enfrentar las experiencias traumáticas del desplazamiento y construir un proyecto de vida que les permita adaptarse al nuevo contexto y alcanzar sus metas personales y profesionales.

Además, el problema se presenta en un contexto específico, la Comuna 8 de Cúcuta, donde la población migrante venezolana es significativa y se encuentra en una situación de vulnerabilidad social. Las mujeres migrantes en este ámbito enfrentan diversas dificultades para el acceso a servicios de salud mental, programas de apoyo psicológico, y oportunidades de desarrollo profesional para mejorar sus habilidades y construir un proyecto. Por ello, para la intervención con este grupo poblacional es necesaria una comprensión profunda de sus necesidades individuales y la implementación de estrategias que atiendan a su realidad sociocultural y sus experiencias migratorias.

4.1 Antecedentes

La comprensión del fenómeno de la migración y sus impactos en la salud mental de las mujeres migrantes es fundamental para la construcción de intervenciones efectivas. Esta sección presenta una revisión de la literatura sobre este fenómeno, con el objetivo de contextualizar la problemática, identificar las principales investigaciones y teorías relevantes, y establecer las bases para la presente investigación. A continuación, se llevará a cabo un análisis de los estudios y trabajos más relevantes en el área, incluyendo estudios sobre la migración y su impacto en la salud mental, investigaciones sobre la gestión emocional en mujeres migrantes, trabajos sobre el desarrollo del proyecto de vida en mujeres migrantes y estudios sobre la aplicación de la gamificación en intervenciones psicosociales.

Para incluir estos documentos en este estudio, se llevó a cabo una revisión de la literatura, seleccionando artículos científicos, principalmente ensayos clínicos controlados o proyectos con algún tipo de intervención desde la gamificación o desde la psicología, con base en los siguientes criterios: 1) Temporalidad: Se priorizaron publicaciones con un máximo de 5 años de antigüedad,

asegurando la pertinencia y actualidad de la información. 2) Objeto de estudio: Se incluyeron únicamente fuentes que abordaran temáticas afines a la presente investigación, 3) Enfoque epistémico: Se privilegiaron fuentes con un enfoque cualitativo.

Antecedentes internacionales

A nivel internacional, Luo, et al. (2023), desarrollaron una revisión sistemática "Interventions to improve immigrant women's mental health", con el objetivo de identificar la eficacia de las intervenciones para mejorar la salud mental de las mujeres inmigrantes. Para ello, los autores utilizaron los criterios PRISMA para la búsqueda y selección de artículos relevantes. Como resultado, se identificó la escasez de intervenciones efectivas para la salud mental de las mujeres migrantes, destacando la necesidad de más investigación. Este estudio aporta teóricamente a este estudio pues aporta información acerca de la condición psicológica y mental de esta población, y deja en evidencia la necesidad de intervenciones robustas para atender las necesidades de las mujeres migrantes.

Por ello, autores como Mironova et al. (2020), Jammermann & Tunc (2022) y Martins et al. (2024) han desarrollado estrategias de gamificación en contextos humanitarios de atención con personas migrantes. En primer lugar, Mironova, et al. (2020), en "Gamification as a method of successful adaptation of migrants in European countries", analizaron los factores sociopsicológicos en la adaptación de los migrantes, resaltando la importancia de espacios de diálogo intercultural y formación de significado. Para lograr este objetivo, estos autores realizaron análisis teórico, evaluación de expertos y análisis factorial. En los resultados, este estudio sugiere el uso de juegos de mesa psicológicos como herramienta de intervención. En ese sentido, esta investigación tiene un importante valor práctico para la presente investigación, dado que el juego

de mesa psicológico constituye un punto de partida para desarrollar programas gamificados, como herramienta de diálogo intercultural, gestión emocional y desarrollo personal.

Asimismo, Jammernann & Tunc (2022) en el capítulo titulado "The Potential of Gamification for Humanitarian Organizations to Support Integration in Migration Contexts", exploraron el potencial de la gamificación para promover la integración social. En los resultados de este estudio, se reportó que la gamificación es una herramienta valiosa para solucionar los problemas complejos en contextos de organizaciones humanitarias. Además, en este estudio se demostró que los juegos aplican reglas simples de igualdad, lo que facilita la interacción entre diferentes actores y promueve la integración social. Por ello, este estudio es valioso para la presente investigación en la medida en que los ejercicios planteados constituyen un valor práctico para explorar diferentes mecanismos de gamificación que puedan ser aplicados para la gestión emocional y el desarrollo del proyecto de vida de las mujeres migrantes.

En el mismo sentido, Martins et al. (2024), en "Gamification Approaches to Immigrants' Experiences and Issues", analizaron el uso de la gamificación para explorar y abordar las experiencias y problemas de los inmigrantes. Para ello, los autores realizaron una revisión sistemática de la literatura, buscando artículos relevantes en bases de datos.

Los resultados de la revisión muestran que la gamificación tiene un gran potencial para abordar los problemas que enfrentan los inmigrantes. Los autores identifican dos tipos de juegos que se utilizan: los juegos de punto de vista y los juegos serios. Los juegos de punto de vista permiten a los jugadores ponerse en la piel de un inmigrante y experimentar las dificultades que enfrentan en su día a día. Los juegos serios, por otro lado, se diseñan para educar a los jugadores sobre temas relacionados con la inmigración. Por esta razón, el aporte de este antecedente es teórico pues aporta a la comprensión teórica de la gamificación y su uso para la educación y la

sensibilización social. Asimismo, su aporte es práctico, ya que este estudio ofrece ejemplos concretos de juegos que se están utilizando para abordar las experiencias de los inmigrantes.

Por otro lado, autores como Ncube (2017), Van Door et al. (2023) y Gibbs et al. (2022) realizaron estudios acerca de proyectos económicos y proyecto de vida de población migrante. Por ejemplo, Ncube (2017), en el estudio titulado "The socio-economic coping and adaptation mechanisms employed by African migrant women in South Africa", se tenía como objetivo analizar los mecanismos de afrontamiento y adaptación de las mujeres migrantes africanas. Para ello, este autor utilizó un enfoque metodológico mixto, con una muestra de 332 mujeres migrantes africanas, por medio de cuestionarios semi-estructurados y un análisis narrativo de la información. En este estudio, se encontró que los capitales humanos (educación, salud, conocimientos y habilidades, y capacidad de trabajo) son los más importantes para la adaptación de las mujeres migrantes. Asimismo, los factores socioeconómicos (edad, estado civil, educación y dominio del idioma) influyen en los mecanismos de afrontamiento y adaptación. Entonces, el aporte de este antecedente sería teórico ya que el estudio contribuye al debate sobre la importancia del capital social, el capital humano y los capitales de vida en el proceso de adaptación de los migrantes, particularmente en el contexto de las mujeres migrantes.

Van Doorn et al. (2023), en "Migration and migrant labour in the gig economy: An intervention", cuyo objetivo era explorar la intersección de la economía gig y la migración laboral, desarrollaron dos proyectos de investigación-acción. Para ello, combinaron datos cualitativos y datos cuantitativos para analizar el impacto de la economía gig en la vida laboral de los trabajadores migrantes.

Después de ejecutar los proyectos, estos autores reportaron en sus resultados que esta modalidad de empleo ofrece oportunidades a los migrantes a la vez que puede profundizar la

precariedad laboral. Por este motivo, los autores de esta investigación sugieren la importancia de políticas que aseguren la intersección de la inmigración, la seguridad social y la regulación del empleo (Van Doorn et al., 2023).

Este antecedente constaría de un valor metodológico y práctico, ya que es útil para el diseño del programa, al considerar la importancia que tienen las redes de apoyo, la gestión emocional y la búsqueda de empleo. Asimismo, el contenido del programa desarrollado por estos autores es útil en la práctica del proyecto con mujeres migrantes, pues se plantean estrategias específicas para fomentar la integración social y la lucha contra la precarización del trabajo de esta población.

También Gibbs et al. (2020) en el artículo titulado "The impacts of combined social and economic empowerment training on intimate partner violence, depression, gender norms and livelihoods among women", analizaron el impacto del empoderamiento socioeconómico en las mujeres en contextos de conflicto. En este estudio, se llevó a cabo un ensayo clínico aleatorizado y un estudio cualitativo. Este programa se basó en "Women for Women International", con el objetivo de brindar formación y educación en temas relacionados con apoyo financiero, habilidades empresariales y empoderamiento de las mujeres. Para ello, los autores de este estudio realizaron un seguimiento durante 22 meses, con el fin de tomar mediciones sobre depresión, medios de vida y violencia de género.

En los resultados de este estudio, se encontró que la intervención ejecutada tuvo un impacto positivo y significativo en el empoderamiento socioeconómico de las mujeres, en términos de ahorros, movilidad e ingresos; no obstante, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en lo que respecta a la violencia de género y la depresión (Gibbs et al., 2020).

En cuanto a los aportes de este antecedente, este estudio proporciona una base teórica sobre el empoderamiento socioeconómico de las mujeres en contextos de conflicto; asimismo,

proporciona las bases para desarrollar intervenciones de acuerdo con el contexto social y cultural en el cual viven las personas. Finalmente, aporta un valor metodológico y práctico, pues este estudio fue realizado bajo la metodología de ensayo clínico, mostrando la sistematización de la intervención realizada y además presenta ejemplos prácticos y actividades concretas sobre habilidades empresariales, apoyo financiero y empoderamiento social.

Siendo así, este tipo de programa podría integrar elementos de empoderamiento socioeconómico, promoción de la autoestima, capacitación en la gestión emocional, habilidades para la vida, desarrollo de proyectos de vida, y el uso de la gamificación como una herramienta para la motivación y el aprendizaje. Entonces, este programa tendría el potencial de contribuir al proyecto de investigación actual con mujeres migrantes venezolanas, mejorando sus capacidades de enfrentar los desafíos de la migración y creando oportunidades para su inclusión social y económica.

En última instancia, se identificaron antecedentes relacionados con intervenciones psicosociales comunitarias. Greene et al. (2022), desarrollaron un estudio titulado "Community-based participatory design of a psychosocial intervention for migrant women in Ecuador and Panama", el cual tenía como objetivo evaluar una intervención psicosocial comunitaria para mujeres migrantes y de la comunidad de acogida, por medio de un enfoque de tipo participativo en Ecuador y Panamá. Para ello, se utilizó una metodología de clústeres, asignando un grupo control y otro de intervención. Al grupo de intervención se le realizaron cinco sesiones, relacionadas con solución de problemas, apoyo social, recursos, afrontamiento del estrés y estrategias de seguridad.

Los resultados de este estudio mostraron que esta intervención era factible para entornos de tipo social y comunitario. A su vez, este proyecto benefició la salud mental y el bienestar

psicosocial de las mujeres participantes, así como mejoría en las relaciones y redes de apoyo con los líderes de la intervención. No obstante, se identificaron barreras en términos de asistencia y participación al programa, debido a los tránsitos y dificultades propias de la migración (Greene et al., 2022).

Este proyecto es un antecedente relevante para este proyecto de investigación, desde el punto de vista metodológico y teórico. Lo anterior debido a que este estudio demuestra la importancia de utilizar un enfoque participativo en la creación y aplicación de programas de apoyo psicológico. Esto significa que las mujeres migrantes deberían ser involucradas en el proceso de desarrollo del programa, desde la definición de las necesidades hasta la selección de las actividades y la evaluación del impacto. Además, la conexión de las mujeres migrantes y de la comunidad de acogida en los grupos de intervención destaca la importancia de la integración local y la creación de un ambiente de aprendizaje inclusivo que fomente la cooperación y el apoyo mutuo entre las mujeres migrantes y la comunidad. En última instancia, las estrategias y herramientas propuestas en esta intervención son un insumo práctico para el proyecto de gamificación en Cúcuta con mujeres migrantes.

Por último, a nivel de Latinoamérica también Hernández et al. (2021), adelantaron un estudio titulado "Programas de intervención psicosocial para el manejo del estrés en adultos migrantes de Latinoamérica", el cual tenía como objetivo analizar la eficacia de estos programas de intervención en el manejo del estrés de adultos migrantes. Para ello, realizaron una revisión sistemática y meta-análisis. Al respecto, encontraron cerca de 300 artículos de los cuales solo 7 fueron incluidos, identificando un efecto de tamaño bajo, sin embargo, reportaron diversidad de intervenciones para esta población sobre la salud mental, la inclusión social y el fortalecimiento de las mujeres migrantes.

Por esa razón, este antecedente es valioso para la presente investigación en términos teóricos, prácticos y metodológicos. Lo anterior debido a que el estudio analiza la intervención del estrés en los migrantes de origen latinoamericano. Este enfoque contextualizado es útil para adaptar el programa gamificado a las necesidades particulares de las mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, lo que ayudaría a que el programa sea relevante y con un alto potencial de impacto.

Antecedentes nacionales

En los antecedentes nacionales, se identificaron tendencias en la revisión de la literatura. En primer lugar, estudios relacionados con un enfoque participativo y diseño del juego, en segundo lugar, enfoque en la gestión emocional, y finalmente, enfoque en la inclusión y la justicia social de las mujeres migrantes.

Para iniciar, los estudios identificados en cuanto a un enfoque participativo y diseño basado en el juego, Dueñas (2023) desarrolló un trabajo titulado “Desarrollo de un juego para la promoción de la salud mental en la Pontificia Universidad Javeriana” (Dueñas Mejía, 2023). El objetivo de este estudio era desarrollar un juego de mesa como herramienta para el fomento de la salud mental y la provisión de servicios psicológicos. Esto se realizó mediante un método basado en la teoría cognitivo-conductual, y para el diseño del juego, se utilizó un proceso de investigación exploratoria y un enfoque de construcción con la comunidad. Los resultados demostraron que el juego “Rasif” es capaz de generar reflexión sobre los malestares emocionales en un tiempo menor que la atención individual.

En cuanto a la contribución de este antecedente al estado del arte, el estudio demuestra cómo el uso del juego puede ser una herramienta efectiva para el fomento de la salud mental y la

provisión de servicios psicológicos. Esto coincide con la tendencia actual de integrar la gamificación en diferentes áreas, incluyendo la educación y la salud mental. Asimismo, aporta metodológicamente, ya que el diseño del juego "Rasif" se basa en la participación activa de los usuarios, lo cual es fundamental para desarrollar un programa exitoso que se adapte a las necesidades y características del grupo objetivo.

También este estudio presenta un diseño de juego específico para la orientación psicológica grupal, con elementos como el tablero, las cartas de exploración y las hojas de personaje, que pueden ser adaptados y servir como punto de partida para el desarrollo de un programa gamificado. A su vez, el juego está diseñado para abordar el proceso de autoconocimiento y la identificación de pensamientos automáticos negativos, lo cual es un aspecto central de la gestión emocional. Este enfoque puede ser utilizado para desarrollar actividades y mecanismos de aprendizaje gamificado que promuevan la autoconciencia y la regulación emocional en las mujeres migrantes venezolanas.

Ahora bien, los antecedentes identificados en términos de enfoque en la gestión emocional, se encontró el estudio realizado por Mena-Mosquera (2022), titulado "Metaanálisis de la gamificación en función del apoyo al tratamiento de la depresión". El propósito de este estudio fue determinar la efectividad de la gamificación en el tratamiento de la depresión, para lo cual se realizó un meta-análisis para identificar los estudios relevantes relacionados con el tema. Los resultados del meta-análisis mostraron que el método de gamificación se considera efectivo para el tratamiento de la depresión y de los síntomas depresivos, aunque no permite el diagnóstico de este trastorno. En cuanto al aporte de este antecedente al presente proyecto de grado, se puede decir que este estudio confirma la eficacia de la gamificación para intervenir variables relacionadas con la salud mental.

En términos de enfoque en la inclusión y la justicia social de las mujeres migrantes, se

identificaron dos antecedentes nacionales. Sanabria et al. (2020) desarrollaron un documento titulado “La mujer migrante en Colombia: análisis de sus derechos humanos desde el contexto regional”. Este libro tiene como objetivo analizar la situación de riesgo y los factores que contribuyen a la vulnerabilidad de las mujeres migrantes en el contexto colombiano. Esto se hizo mediante un enfoque de derechos humanos, análisis regional y recopilación de información de diferentes fuentes. Al respecto, en los resultados de este libro se identifican diferentes desafíos que pueden enfrentar las mujeres venezolanas, en lo que respecta a salud, educación, empleo y vivienda. Este estudio, aunque no se centra en la gamificación, sí aporta información valiosa sobre el contexto de las mujeres migrantes en Colombia y los desafíos que enfrentan, lo que puede orientar el diseño del programa gamificado para abordar las necesidades específicas del grupo objetivo.

Ortiz et al. (2023) desarrollaron una investigación titulada "Feminización de trayectorias migratorias pendulares y flotantes en la frontera colombo-venezolana". Este tenía como objetivo describir la movilidad migratoria femenina de tipo flotante y pendular en Colombia. Esto se hizo mediante un método cualitativo, por medio de observaciones en campo, entrevistas y grupos focales. Los resultados del estudio indican que las mujeres venezolanas en Arauca están expuestas a riesgos y dificultades migratorios, sometidas a distintos riesgos que se derivan de la xenofobia y la discriminación.

Este antecedente aporta desde el punto de vista metodológico y teórico. Metodológicamente, aporta al utilizar un enfoque cualitativo, con observación directa, entrevistas individuales y grupos de discusión, que permite acceder a la realidad de las mujeres migrantes desde su propia perspectiva. Además, se basa en un enfoque de género, lo que da cuenta de la especificidad de la experiencia migratoria de las mujeres. Teóricamente, aporta por medio de la

perspectiva de género en los procesos migratorios y al poner en evidencia los riesgos y situaciones desafiantes que enfrentan las mujeres migrantes en un contexto de crisis y desplazamiento forzado. A su vez, el estudio da cuenta del rol activo de las mujeres migrantes como motor de transformación social y de sus estrategias para adaptarse a las nuevas realidades.

Antecedentes regionales

Colmenares (2020) desarrolló un estudio titulado "Mujeres migrantes venezolanas en el nororiente colombiano: situación actual y desafíos vistos desde la ciudad de Cúcuta". Este estudio tuvo como propósito examinar la realidad de las mujeres migrantes venezolanas en Colombia, en el municipio de Cúcuta. Esto se realizó mediante un análisis cualitativo, con entrevistas semiestructuradas a las mujeres migrantes, funcionarios públicos y expertos en el tema, con el fin de indagar sobre temáticas relacionadas con condiciones de vida, educación, salud, vivienda, trabajo y retos propios de la migración.

Los resultados de este estudio evidencian las dificultades que enfrentan las mujeres migrantes en el municipio de Cúcuta en sus condiciones de vida, sumado a la xenofobia, discriminación y explotación. Por ello, este antecedente apoya el desarrollo del presente trabajo de grado desde el punto de vista metodológico y práctico. Metodológicamente este estudio utiliza métodos cualitativos, como entrevistas y observaciones, que pueden servir de base para el proceso de recolección con el proyecto actual. Además, teóricamente, el estudio expone diferentes conceptos relacionados con la migración, la discriminación, la xenofobia, los derechos humanos y la gestión emocional, lo que permite enriquecer el marco teórico de este estudio.

En segundo lugar, Palacios et al. (2021) desarrollaron un proyecto titulado "Promoción y

prevención de violencia basada en género contra la mujer migrante en Cúcuta (Norte de Santander): “hermanas y panas”, este estudio tenía como objetivo generar un producto audiovisual para prevenir la violencia basada en género contra mujeres migrantes venezolanas en Cúcuta. Para ello, se utilizó un enfoque metodológico cualitativo, por medio de la investigación documental, entrevistas y desarrollo del producto audiovisual. Los resultados de este proyecto permitieron evidenciar la problemática de violencia de género con esta población, teniendo en cuenta factores de interseccionalidad, nacionalidad y situación socioeconómica.

Este proyecto aporta al estado del arte desde el punto de vista metodológico y teórico. Metodológicamente, aporta al utilizar un enfoque cualitativo, con entrevistas a profundidad y un análisis de la protección institucional, que permite acceder a la realidad de las mujeres migrantes desde su propia perspectiva. Además, se basa en un enfoque de género, que permite considerar la intersección de la perspectiva de género y la nacionalidad en la experiencia de las migrantes. Teóricamente, este estudio aporta al analizar la migración desde una perspectiva de género, destacando las situaciones de vulnerabilidad a las cuales se encuentran expuestas las mujeres migrantes en un contexto de crisis y desplazamiento forzado.

Luego de revisar cuidadosamente la literatura, el análisis de la literatura revela una serie de tendencias y temas comunes en la investigación sobre la salud mental, la integración y el desarrollo de las mujeres migrantes. En primer lugar, se observa una tendencia a desarrollar intervenciones para mejorar la salud mental de las mujeres migrantes. Los estudios analizados enfatizan la necesidad de desarrollar intervenciones robustas y contextualizadas que aborden las necesidades específicas de este grupo poblacional. También se destaca la importancia de enfoques participativos que involucren a las mujeres migrantes en el diseño e implementación de programas, con el fin de asegurar que estos respondan a sus necesidades y realidades.

En segundo lugar, la gamificación emerge como una herramienta prometedora para la intervención psicosocial con mujeres migrantes. En los estudios analizados se reconoce su potencial para promover la integración social, el desarrollo personal, la gestión emocional, y la adquisición de habilidades para la vida, especialmente en contextos de vulnerabilidad y desplazamiento. Finalmente, la investigación destaca la importancia de abordar las desigualdades de género que enfrentan las mujeres migrantes, particularmente en el ámbito del acceso a oportunidades económicas, educación, salud y justicia social. De hecho, se resalta la importancia de desarrollar políticas que fomentan la integración social y combaten la discriminación y la violencia de género, considerando las múltiples dimensiones de la experiencia de las mujeres migrantes.

A pesar de la creciente investigación sobre la salud mental y la integración de los inmigrantes, existen lagunas en el conocimiento actual. Mientras que los estudios han identificado la necesidad de intervenciones efectivas, todavía existe una falta de investigación sobre intervenciones específicas para mujeres inmigrantes que aborden sus necesidades específicas, como el empoderamiento socioeconómico, la gestión emocional y la inclusión social. Además, aunque se ha explorado el potencial de la gamificación para promover la integración, falta investigación sobre el desarrollo y la implementación de programas gamificados específicos para mujeres inmigrantes que aborden sus experiencias únicas y las complejidades de su contexto migratorio. Por lo tanto, se necesitan más investigaciones para abordar estas lagunas y desarrollar intervenciones eficaces y culturalmente apropiadas para mejorar la salud mental y el bienestar de las mujeres inmigrantes.

Por ejemplo, la investigación nacional y regional ha explorado el potencial de la gamificación en el ámbito educativo, principalmente en contextos escolares y con poblaciones

estudiantiles, por lo que existe una laguna en el conocimiento sobre su aplicación para la intervención psicosocial con mujeres migrantes. La mayoría de los estudios se centran en el uso de la gamificación para la enseñanza de competencias sociales y emocionales, la promoción de la lectura y el aprendizaje de ciencias, o el desarrollo de habilidades digitales (Peña, 2022; Lozada-Ávila, 2017; Melo-Solarte, 2018; Sánchez et al., 2018; García et al., 2021; Caballero, 2021; Gonzalez y Niño, 2020). En ese sentido, es importante realizar una investigación sobre la gamificación como herramienta para abordar las necesidades específicas de las mujeres migrantes, incluyendo su salud mental, su integración social, y el desarrollo de sus proyectos de vida, especialmente en un contexto complejo como el de la migración venezolana en Colombia.

Además, los estudios previos sobre intervenciones para mujeres migrantes presentan algunas limitaciones importantes. Por ejemplo, aunque Luo et al. (2023) identifican la escasez de intervenciones efectivas, no se centran en el desarrollo de una intervención específica. A su vez, aunque Mironova et al. (2020), Jammermann & Tunc (2022) y Martins et al. (2024) exploran la gamificación como herramienta, sus investigaciones no se enfocan en la implementación de programas gamificados en contextos específicos con mujeres migrantes. Además, muchos estudios, como Ncube (2017), Van Doorn et al. (2023) y Gibbs et al. (2022) se basan en un enfoque individualizado, sin considerar la importancia de la integración social y la construcción de redes de apoyo. Por último, Greene et al. (2022) y Hernández et al. (2021) no exploran el potencial de la gamificación como herramienta para la integración social y el empoderamiento de las mujeres migrantes.

La presente investigación busca superar estas limitaciones mediante un enfoque integral que combina la teoría con la práctica. Este proyecto se centra en el desarrollo e implementación de un programa gamificado específicamente diseñado para mujeres migrantes venezolanas en

Cúcuta. El programa integra elementos de empoderamiento socioeconómico, gestión emocional y desarrollo de proyectos de vida, incorporando juegos y dinámicas de grupo para fortalecer la inclusión social, las redes de apoyo y la autoestima. Al utilizar un enfoque participativo y trabajar en colaboración con las mujeres migrantes, este estudio busca desarrollar una intervención culturalmente relevante y sostenible que aborde las necesidades específicas de este grupo poblacional, contribuyendo a desarrollar conocimiento sobre el uso de la gamificación en el ámbito migratorio y, a su vez, brindando una herramienta práctica para mejorar la calidad de vida de las mujeres migrantes.

En general, este capítulo analiza el fenómeno de la migración, especialmente la migración de mujeres venezolanas hacia Colombia, destacando los desafíos que enfrentan en cuanto a salud mental, integración social y desarrollo de proyectos de vida. Se revisaron estudios internacionales, nacionales y regionales que abordan la salud mental de mujeres migrantes, la eficacia de la gamificación en la intervención psicosocial y el desarrollo de proyectos de vida en contextos migratorios. Se identifica una necesidad de intervención que aborde las necesidades específicas de las mujeres migrantes venezolanas, con énfasis en el desarrollo de un programa gamificado que combine elementos de empoderamiento socioeconómico, gestión emocional y desarrollo de proyectos de vida.

Este estudio surge de la necesidad de crear estrategias específicas para las mujeres migrantes venezolanas en Colombia. El estudio se basa en una revisión exhaustiva de la literatura, que evidencia la escasez de programas gamificados que aborden las necesidades particulares de este grupo poblacional a nivel nacional y regional. El desarrollo de un programa gamificado específicamente diseñado para mujeres migrantes venezolanas en Cúcuta, que integre elementos de empoderamiento socioeconómico, gestión emocional y desarrollo de proyectos de vida,

representa un aporte significativo a la literatura y la práctica.

Este proyecto no solo busca generar conocimiento sobre la aplicación de la gamificación en el ámbito migratorio, sino que también busca ofrecer una herramienta práctica para mejorar la calidad de vida de las mujeres migrantes. Además, esta investigación se centra en la implementación de un enfoque participativo, trabajando en colaboración con las mujeres migrantes para desarrollar una intervención culturalmente relevante y sostenible que contribuya a su bienestar emocional e integración social.

4.2 Marco Teórico

Este proyecto, "Gamificación para la Gestión Emocional y el Proyecto de Vida: Un enfoque para mujeres migrantes venezolanas", se fundamenta en un marco teórico que integra diferentes áreas del conocimiento para atender las necesidades específicas de este grupo poblacional.

En primer lugar, el proyecto reconoce la importancia de crear ambientes de aprendizaje que promuevan el desarrollo personal y social de las mujeres migrantes venezolanas. En este sentido, la teoría sociocultural de Vygotsky (1978) ofrece un marco conceptual crucial al destacar el papel fundamental de la interacción social y la colaboración en la construcción del conocimiento. La teoría de Vygotsky enfatiza la importancia de la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP) para el aprendizaje, la cual define el espacio entre el desarrollo personal autónomo y el desarrollo que se produce a través de la mentoría.

En segundo lugar, el proyecto se centra en la gestión emocional y la construcción del proyecto de vida de las mujeres migrantes venezolanas, entendiendo que este proceso requiere de una profunda comprensión de las emociones y de la capacidad de regularlas. Para ello, se recurre

a la teoría de Goleman (1995) sobre la Inteligencia Emocional, que reconoce la importancia de la autoconciencia, la autorregulación, la motivación, la empatía y las habilidades sociales para la gestión emocional efectiva.

Por último, el proyecto propone la gamificación como una herramienta innovadora para el aprendizaje y la construcción del proyecto de vida. La teoría del juego de Huizinga (1950) y la teoría del aprendizaje experiencial de Kolb (1984) sustentan el uso de la gamificación como un enfoque motivacional que fomenta la participación, la exploración, la creatividad y el aprendizaje significativo. La gamificación, al integrar elementos del juego en contextos educativos y sociales, puede transformar los desafíos de la migración en oportunidades de aprendizaje y crecimiento.

Siendo así, este marco teórico integral permite integrar los conceptos de la teoría sociocultural de Vygotsky, la teoría de la inteligencia emocional de Goleman, y la teoría del juego y el aprendizaje experiencial para ofrecer una propuesta innovadora que responde a las necesidades específicas de las mujeres migrantes venezolanas. Se espera que este proyecto contribuya a la construcción de herramientas y estrategias que favorezcan el desarrollo personal, social y emocional de este grupo poblacional, empoderándolas para construir un proyecto de vida significativo en su nuevo entorno.

4.2.1 Ambientes de aprendizaje

En los ambientes de aprendizaje se enmarca la teoría sociocultural de Vygotsky (1978). Este autor teorizó sobre el constructivismo como un paradigma que sume un modelo educativo mediante el cual se construye el conocimiento. Es decir, los saberes no se transmiten de manera pasiva, sino dinámica, en cuyo proceso participa el ser humano de forma activa a través de la interacción con el entorno y la cultura en la cual se enmarca (Guerra, 2020).

Además, según el mismo autor, esta teoría se nutre de otros teóricos, como Jean Piaget, quien argumenta que el conocimiento ocurre en la interacción del ser humano con el medio en el cual vive. Mientras tanto, Vygotsky hace énfasis en la importancia de la interacción social para construir conocimiento. Es decir, el conocimiento es un proceso de tipo social que ocurre en la interacción con otras personas y con la cultura.

En general, la teoría sociocultural ha influido de manera importante en la psicología educativa. Este paradigma sentó sus raíces durante los siglos XVIII Y XIX en Europa, el cual hizo énfasis en temas relacionados con la cultura y el lenguaje. Más adelante, con la obra de Vygotsky se resaltaron aspectos como el contexto histórico y social en el desarrollo humano; es decir, la mente humana no es un resultado arbitrario, sino que depende del contexto en el cual se enmarca el aprendizaje (Ríos y Mancilla, 2021). Esto quiere decir que la teoría sociocultural se fundamenta en la interacción entre el contexto, el objeto de aprendizaje y el sujeto, por lo cual el conocimiento no ocurre en un proceso pasivo de adquisición de conocimiento, sino que requiere de la interrelación e intercambio entre las partes (Larios-Guzmán, 2022).

A su vez, en la teoría de Vygotsky se desarrolla a profundidad el concepto de Zona de Desarrollo Próximo (ZPD), que implica la distancia entre lo que el ser humano puede hacer por sí mismo en comparación con lo que puede hacer con la ayuda de otra persona que se considera más experimentada en un ámbito específico (Ríos y Mancilla, 2021). En el contexto educativo, la persona con mayor experiencia podría ser un docente o un compañero, quienes podrían guiar al estudiante hacia la adquisición de nuevos conocimientos y habilidades (Garcés, 2021).

Esto, a su vez, se relaciona con la mediación social y cultural, las cuales son de gran relevancia para desarrollar funciones psicológicas superiores. En otras palabras, dicha mediación ocurre en la interacción del ser humano con símbolos y prácticas que median el aprendizaje (Ríos

y Mancilla, 2021). También Rodríguez et al. (2020) enfatizaron en las herramientas mediadoras para favorecer los ambientes de aprendizaje en contextos educativos según la teoría de Vygotsky. Es decir, herramientas como por ejemplo el lenguaje y los símbolos favorecen el pensamiento, la exploración, el desarrollo y el aprendizaje en los niños.

Asimismo, la mediación tiene que ver con la orientación, apoyo o ayuda que brinda el docente al alumno, con el objetivo de que este pueda superar las dificultades que se llegan a presentar en el proceso de aprendizaje. A la vez, la mediación permite desarrollar conocimientos más significativos en torno a un tema de interés, ya que requiere de la participación activa del estudiante en el proceso de aprendizaje. Lo anterior teniendo en cuenta que el docente apoya al estudiante en la superación de errores o vacíos en el conocimiento (Escallón et al., 2019).

Por su parte, el lenguaje, según Vygotsky, es fundamental para desarrollar el pensamiento y los procesos cognitivos. Es decir, el lenguaje no se limita a transmitir ideas, sino que configura la forma de pensar, influye en la creación de conceptos abstractos, en la construcción de la realidad y de ideas completas. A su vez, el lenguaje se constituye como un producto social e histórico, que se enmarca en determinadas reglas y convenciones. Por último, el lenguaje es un mediador del pensamiento, en la medida en que media entre el sujeto y el objeto de aprendizaje, lo cual le permite al individuo comprender el mundo que lo rodea, resolver problemas y tomar decisiones (Magallanes et al., 2021).

Lo anterior va de la mano con el constructivismo sociocultural lingüístico, que se entiende como una teoría enfocada no solo en la interacción social y en la construcción de conocimiento con otros, sino en la importancia del lenguaje para la formación de la identidad en medio de un contexto social particular (Córdoba, 2020).

También la actividad práctica juega un papel importante en la teoría de Vygotsky, es decir,

no solo es relevante la mente como un proceso que ocurre a nivel interno, sino que este proceso requiere de la interacción con el medio y el contexto en el cual vive el ser humano. Es decir, se requiere de la acción y de la práctica para la construcción de conocimiento y de significado (Ríos y Mancilla, 2021). Particularmente, una actividad práctica que se resalta desde la teoría sociocultural es la escritura, ya que esta constituye una herramienta para construir ideas de manera organizada y coherente (Escallón et al., 2019).

En la actualidad, esta teoría se ha desarrollado especialmente en el campo educativo, con relación al aprendizaje significativo y los ambientes de aprendizaje. Lo anterior dado que el mundo de hoy requiere un enfoque participativo y dinámico para la educación. En ese sentido, la teoría sociocultural se contrapone a los enfoques tradicionales en los cuales el maestro es el nicho del conocimiento. Por el contrario, el paradigma sociocultural enfatiza la necesidad de desarrollar entornos de aprendizaje en los cuales los estudiantes puedan participar y sean todos incluidos en este proceso (Ríos y Mancilla, 2021).

La teoría sociocultural también está basada en la creación de espacios flexibles, en los cuales se encuentre una gran variedad de estímulos, que favorezcan la motivación, el juego y la interacción social entre los estudiantes. Esto, a su vez, favorece las habilidades sociales, la creatividad y el entusiasmo hacia el aprendizaje (Rodríguez et al., 2020). En términos generales, esta teoría promueve una visión holística del aprendizaje y quita el énfasis de las concepciones tradicionales de las disciplinas como áreas separadas, abogando por un enfoque interdisciplinario (Córdoba, 2020).

Para resumir, la teoría sociocultural, según Vygotsky, postula que el aprendizaje es un proceso activa que involucra la participación de la persona, en lo que respecta a búsqueda, interpretación y elaboración del conocimiento, es decir, es un proceso dinámico que se desarrolla

en la interacción del individuo con el entorno social y cultural. El conocimiento no se adquiere de forma individual, sino que surge a través de la interacción con otros y con la cultura. El lenguaje juega un rol fundamental en este proceso, actuando como mediador entre el sujeto y el objeto de aprendizaje, permitiendo la construcción de conceptos abstractos, la organización del pensamiento y la comprensión del mundo. La teoría también enfatiza la importancia de ZDP, que es el espacio entre el desarrollo autónomo y el proceso de que se produce por medio de la mentoría. La mediación social y cultural, a través de herramientas como el lenguaje y los símbolos, es crucial para el desarrollo de las funciones psicológicas superiores. Por último, la teoría sociocultural promueve un enfoque holístico del aprendizaje, donde el estudiante participa activamente en la construcción del conocimiento y se fomenta la interacción social en ambientes de aprendizaje flexibles y estimulantes.

4.2.2 Gestión emocional y proyecto de vida

Daniel Goleman teorizó sobre la educación de las emociones y de la gestión emocional, la cual se basa en la autorregulación. Este concepto se basa en la noción de que la inteligencia emocional favorece el control de emociones y de la conducta. Por su parte, Tomás de Aquino, se enfoca en la integración para la gestión de emociones. En otras palabras, para controlar las emociones es necesario integrarlas en la vida de una forma virtuosa y armoniosa. En general, la visión de Goleman está basada en un paradigma racionalista, mientras que la visión de Tomás de Aquino está fundamentada en un paradigma humanista y holístico. Por tanto, la educación de las emociones constituye una tarea compleja, motivo por el cual es necesario realizar este proceso pedagógico de manera integral (Altarejos, 2004; Goleman, 2004).

A lo largo del tiempo, se ha procurado fundamentar la educación de las emociones,

remontándose al siglo XVIII, con la influencia de autores como Charles Dickens, Herbert Spencer, John Stuart Mill, entre otros. De hecho, la educación de las emociones ha estado ligada a lo largo de la historia a la secularización de la educación. En primer lugar, se abogaba por una educación de las emociones enfocada en los aspectos intelectuales; mientras tanto, otros autores enfatizaban en la importancia que tienen las emociones para el desarrollo del ser humano. En general, la teoría de la educación de las emociones está influenciada por aspectos sociales y culturales, así como por la historia personal y el contexto del individuo (Dixon, 2018).

La obra de la inteligencia emocional de Goleman ha contribuido ampliamente a diferentes sectores, que van desde el ámbito educativo y privado, hasta organizaciones e instituciones públicas (Dixon, 2018). Según Goleman (1998) la inteligencia emocional tiene 5 dimensiones (ver Tabla 1): autoconsciencia, autogestión, motivación, empatía y habilidades sociales. Adicionalmente, cada una de estas dimensiones favorece el éxito personal y profesional, ayudando a crear relaciones positivas y a construir entornos más agradables.

La autoconsciencia o autoconocimiento emocional se refiere a la capacidad de conocer y adecuar las emociones, es decir, tener consciencia sobre lo que el individuo está sintiendo en un determinado momento. Además, la consciencia de las propias emociones permite a la persona entender de mejor forma sus motivaciones, hacer retroalimentación de su experiencia emocional e incluso puede llegar a favorecer la toma de decisiones, reducir los riesgos y enfrentar las dificultades con mayor seguridad (Goleman, 1996; Goleman, 1998). Por otro lado, la autoconsciencia emocional permite identificar la causa de las emociones, es decir, de dónde vienen y que consecuencias pueden tener a nivel psicológico y conductual (Martin, 2019).

La siguiente dimensión hace referencia a la autogestión o autorregulación. Este concepto tiene que ver con la capacidad de gestionar las emociones ante una situación difícil. Además, la

autorregulación implica adaptabilidad, autocontrol, innovación, confiabilidad y escrupulosidad. En primer lugar, la autogestión permite flexibilidad ante las situaciones cambiantes. Una persona con buena autogestión puede cambiar su enfoque, estrategias y comportamiento según las demandas del entorno, sin dejarse llevar por la frustración o la rigidez. En segundo lugar, la capacidad de autocontrol permite gestionar las emociones fuertes de forma positiva, evitando reacciones impulsivas o destructivas. Esto es fundamental para evitar perder el control y poder pensar con claridad, incluso en situaciones difíciles o estresantes (Goleman, 1996; Goleman, 1998).

En cuanto a innovación, la autogestión permite explorar nuevas ideas y formas de hacer las cosas. Al controlar las emociones negativas como el miedo o la inseguridad, una persona con autogestión se siente más segura para probar nuevas ideas, asumir riesgos y buscar nuevas soluciones. Esto va de la mano con la confiabilidad, ya que la autogestión implica ser una persona confiable, actuando de forma coherente con sus valores y principios. Esto se traduce en ser una persona honesta, responsable, ética y que cumple con sus promesas. Finalmente, en lo que respecta a escrupulosidad, la autogestión implica ser una persona escrupulosa, es decir, que presta atención a los detalles, cuida su trabajo y se esfuerza por hacerlo bien. Esta cualidad es crucial para crear confianza en los demás y para alcanzar la excelencia en el desempeño profesional y en las diferentes áreas de la vida (Goleman, 1996; Goleman, 1998).

Ahora bien, la motivación es la capacidad para movilizar la energía hacia un objetivo concreto. Esto es especialmente importante para la inteligencia emocional debido a que si una persona cuenta con motivación para el logro buscará superarse, mejorar continuamente, buscar soluciones y fijarse metas. Además, esto se asocia al compromiso a la hora de lograr dicha meta, manteniendo la iniciativa y el optimismo (Goleman, 1996; Goleman, 1998).

En cuanto a la empatía, esta implica una habilidad para comprender las emociones de otras personas. Además, la empatía se refiere a la capacidad de leer las emociones de otros, entender sus perspectivas, identificar sus necesidades y comprender sus puntos de vista. También se relaciona con la capacidad de guiar, apoyar y motivar a los demás para que puedan superarse y lograr sus objetivos, con la orientación al servicio y al apoyo social (Goleman, 1996; Goleman, 1998). Esta habilidad es primordial ya que igualmente permite que el individuo conozca las reglas del juego social, las normas de comportamiento en diferentes contextos y comprenda las dinámicas de poner en grupos o relaciones (Martin, 2019).

Por último, la dimensión de habilidades sociales implica la capacidad de relacionamiento con otros, mediante la comunicación, liderazgo y manejo de conflictos. Esta dimensión es fundamental ya que permite construir consensos, establecer comunicación con otros para llegar a objetivos comunes, fortalecer la escucha activa, resolver diferencias o conflictos y fomentar la colaboración para el trabajo en equipo (Goleman, 1996; Goleman, 1998).

Tabla 1. *Inteligencia emocional de Goleman*

Dimensión	Descripción	Beneficios	Ejemplos
Autoconsciencia	Conocer y regular las propias emociones, comprender sus motivaciones, retroalimentar la experiencia emocional y favorecer la toma de decisiones.	Permite una mejor comprensión de las propias emociones y motivaciones, facilita la toma de decisiones y la gestión de la experiencia emocional.	Reconocer la propia tristeza, entender que la tristeza está relacionada con un reciente fracaso y tomar la decisión de buscar apoyo emocional.
Autogestión	Capacidad de gestionar las emociones ante situaciones difíciles, implica adaptabilidad, autocontrol, innovación, confiabilidad y escrupulosidad.	Flexibilidad ante cambios, control emocional positivo, exploración de nuevas ideas, confiabilidad y trabajo metódico.	Mantener la calma durante una crisis, cambiar de estrategia ante un obstáculo, explorar nuevas soluciones a un problema, cumplir con las promesas y prestar atención al detalle.
Motivación	Capacidad de movilizar la energía hacia un objetivo concreto, implica búsqueda	Permite alcanzar objetivos, mantener el compromiso, la iniciativa y el optimismo.	Buscar nuevas oportunidades para crecer profesionalmente, mantenerse motivado en

	de superación, mejora continua, soluciones y metas.		proyectos desafiantes, establecer metas y perseguirlas con entusiasmo
Empatía	Capacidad de comprender las emociones de otros, leer las emociones, entender perspectivas, identificar necesidades y comprender puntos de vista	Facilita la conexión humana, el apoyo social, la orientación al servicio y la capacidad de guiar y motivar a los demás.	Entender la tristeza de un amigo, ofrecer apoyo y comprensión, guiar a alguien en su desarrollo personal.
Habilidades sociales	Capacidad de relacionamiento con otros, mediante la comunicación, el liderazgo y el manejo de conflictos.	Permite construir consensos, establecer comunicación efectiva, resolver diferencias, fortalecer la escucha activa y fomentar la colaboración.	Participar en conversaciones constructivas, liderar un equipo de trabajo, resolver conflictos de manera pacífica, escuchar con atención a los demás y colaborar en proyectos.

Nota: la información de esta tabla se basa en la obra de Goleman (1996, 1998) y Martin (2019).

Para resumir, la inteligencia emocional, según Goleman, se basa en la autorregulación y el control de emociones y conducta, mientras que Tomás de Aquino la define como una integración virtuosa y armoniosa de las emociones en la vida. Ambas perspectivas, una racionalista y otra humanista, coinciden en la importancia de la educación de las emociones, un proceso complejo con raíces históricas que se remonta al siglo XVIII. No obstante, la teoría de Goleman ha sido ampliamente influyente en diversos sectores, incluyendo la educación, el ámbito privado y organizaciones públicas. Goleman identifica cinco dimensiones de la inteligencia emocional: autoconsciencia, autogestión, motivación, empatía y habilidades sociales, las cuales son claves para el éxito personal y profesional, así como para crear relaciones positivas y ambientes más agradables.

4.2.3 Estrategia de gamificación

La teoría del aprendizaje experiencial de Kolb se basa en la construcción de conocimiento por medio de la generación de habilidades y competencias a través de resolución de problemas e

incorporación de actividades centradas en el saber, saber hacer y saber ser. Además, en esta teoría se promueve la motivación, la toma de decisiones y el trabajo colaborativo como parte del proceso de aprendizaje (Kolb, 2014; Gonzales et al., 2024).

En términos generales, según Kolb (2014) y González et al. (2024), el aprendizaje experiencial tiene como objetivo conectar la teoría con la práctica. Además, en la construcción del conocimiento es importante considerar la apropiación de la información y los criterios cognitivos que se usan en el juego. Es decir, el modelo de aprendizaje experiencial de Kolb vincula los procesos de actividad cognitiva que se desarrollan en tareas y experiencias específicas con los estilos de aprendizaje individuales.

Es decir, esta teoría ubica como eje central al aprendizaje experiencial como una herramienta fundamental para los estudiantes. Esto permite que los estudiantes aprendan a través de la propia experiencia y también de acuerdo con las experiencias y conocimientos previos, que son un elemento fundamental para el progreso o desarrollo de otras habilidades. En este proceso, es importante que el docente apoye al estudiante en la integración de habilidades y estrategias para adquirir nuevos conocimientos. Igualmente, esta teoría hace énfasis en la diversidad de estilos de aprendizaje, reconocimiento que cada persona aprende de forma individualizada de acuerdo con lo que resulte más efectivo (Espinar y Viguera, 2020).

Ahora bien, el ciclo de aprendizaje de Kolb (Tabla 2) se estructura en cuatro etapas, las cuales son la experiencia concreta, la observación reflexiva, la conceptualización abstracta y la experimentación activa. En primer lugar, el aprendizaje inicia con la experiencia concreta, es decir, el momento en el cual el individuo se enfrenta en primera persona a algo tangible y real; luego, se da la observación reflexiva, que implica comprender el sentido o significado de la experiencia

vivida previamente, con el fin de analizar la acción que se llevó a cabo, cómo y de qué manera sucedió, con el fin de conectar con conocimientos previos (Gómez, 2013).

Posteriormente, de acuerdo con el mismo autor, se da la conceptualización abstracta que requiere del individuo una interpretación de la experiencia, es decir, el individuo busca interiormente aspectos que puedan explicar lo vivido, ya sea por medio de conceptos, ideas o incluso teorías explicativas. Esto le permite generar conclusiones y desarrollar discusiones acerca de lo que aprendió. Finalmente, sucede la etapa de experimentación activa, en la cual el ser humano lleva a la práctica aquello que aprendió en las etapas previas, es decir, busca situaciones nuevas en las cuales el conocimiento pueda ser aplicado.

Tabla 2. *Ciclo de aprendizaje de Kolb*

Etapa	Descripción	Ejemplo
Experiencia concreta	Contacto directo con la realidad. Experiencia tangible y real.	Asistir a una conferencia sobre liderazgo.
Observación reflexiva	Comprender el sentido y significado de la experiencia. Analizar la acción realizada: cómo y de qué manera sucedió. Conectar con conocimientos previos.	Analizar las estrategias de liderazgo presentadas en la conferencia y cómo se relacionan con las experiencias previas del individuo.
Conceptualización abstracta	Interpretar la experiencia a través de conceptos, ideas o teorías. Generar conclusiones y desarrollar discusiones sobre lo aprendido	Desarrollar una teoría personal sobre las mejores prácticas de liderazgo, basada en las ideas de la conferencia y la experiencia personal.
Experimentación activa	Poner en práctica el conocimiento adquirido en las etapas anteriores. Buscar nuevas situaciones para aplicar el conocimiento.	Implementar las nuevas estrategias de liderazgo aprendidas en un proyecto de trabajo o en una situación personal.

Nota: Elaboración propia.

Además, Kolb conceptualiza cuatro estilos de aprendizaje, que dependen de cómo cada persona percibe y gestiona la información disponible en el mundo. Estos estilos son rasgos no sólo

cognitivos sino también afectivos que determinan la forma en que una persona se acerca al conocimiento (Granados y García, 2016). Por ello, es necesario que los docentes tomen en cuenta los estilos de aprendizaje de los estudiantes, con el fin de generar estrategias de aprendizaje personalizadas, de acuerdo con las necesidades y preferencias de cada individuo (Espinar y Viguera, 2020).

Estos cuatro estilos son asimilativo, divergente, acomodador y convergente (Tabla 3). En primera instancia, el estilo asimilativo es de aquellos individuos que analizan la información de manera racional y secuencial; luego, el estilo divergente es de individuos que optan por la observación y por la reflexión, con una visión amplia del conocimiento y abiertas a nuevas experiencias; el estilo acomodador corresponde a personas que les gusta la acción y vivir directamente por medio de la experiencia un aprendizaje concreto; por último, el estilo convergente es de individuos que prefieren resolver problemas concretos y buscar soluciones (Gómez, 2013). No obstante, estos estilos de aprendizaje pueden cambiar y ser dinámicos de acuerdo con el nivel de experiencia o con el contexto (Granados y García, 2016).

Tabla 3. *Estilos de aprendizaje*

Estilo	Descripción	Características
Asimilativo	Analizan la información de manera racional y secuencial.	Prefieren la lógica, la teoría y la abstracción.
Divergente	Observan y reflexionan, con una visión amplia del conocimiento y abiertas a nuevas experiencias.	Prefieren la imaginación, la intuición y la creatividad.
Acomodador	Les gusta la acción y vivir directamente por medio de la experiencia un aprendizaje concreto.	Prefieren la experimentación, la acción y la participación.
Convergente	Prefieren resolver problemas concretos y buscar soluciones.	Prefieren la aplicación práctica, la resolución de problemas y la toma de decisiones.

Nota: Elaboración propia.

En cuanto a la teoría del juego de Huizinga, esta considera el juego como un elemento fundamental de la cultura, el cual se encuentra presente en todas las culturas humanas. El juego es una forma de expresión cultural que sucede a través del lenguaje, la interacción social, las metáforas, creación de reglas e imaginación. Asimismo, el juego permite a los seres humanos construir una realidad conjunta, respondiendo al mundo simbólico de cada individuo y cultura (Huizinga, 2005; Ríos, 2024).

Para sintetizar, la teoría del aprendizaje experiencial de Kolb enfatiza la construcción del conocimiento a través de la experiencia práctica, conectando la teoría con la realidad. Este enfoque enfatiza la resolución de problemas y la integración de habilidades, combinando conocimientos, aptitudes y valores, y promoviendo la motivación, la toma de decisiones y el trabajo en equipo. El modelo de aprendizaje de Kolb propone un ciclo de cuatro etapas: experiencia concreta, reflexión, conceptualización y aplicación. Además, identifica cuatro estilos de aprendizaje: asimilativo, divergente, acomodador y convergente, que reflejan las diferentes formas en que las personas perciben y procesan la información.

En este proceso, el docente juega un papel crucial en apoyar la integración de habilidades y estrategias de aprendizaje personalizadas de acuerdo a los estilos de aprendizaje de cada estudiante. Por otro lado, la teoría lúdica de Huizinga complementa este enfoque al enfatizar el rol fundamental del juego en la cultura, destacando su capacidad para construir una realidad compartida a través del lenguaje, la interacción social y la imaginación.

4.2.1 Sistema de categorías de la investigación

Teniendo en cuenta la unidad de análisis “Proyecto de vida y desarrollo emocional en mujeres migrantes”, se llevó a cabo el análisis organizándolo en categorías, subcategorías

deductivas e inductivas. Para eso, se aplicó la técnica de operacionalización del constructo teórico, que, desde el paradigma cualitativo, no responde a criterios de medición numérica, sino que se orienta a la transformación de conceptos en elementos observables en la realidad investigada. Este proceso exige una delimitación precisa de la forma en que tales conceptos emergen en las vivencias, expresiones o dinámicas de los sujetos, permitiendo su comprensión situada y contextualizada (Espinoza Freire, 2018).

La siguiente tabla ilustra la generación de categorías, subcategorías deductivas e inductivas.

Tabla 4. Categorías, subcategorías deductivas e inductivas

Proyecto de vida y desarrollo emocional en mujeres migrantes			
Unidad de análisis			
Categorías	Subcategorías deductivas	Preguntas	Subcategorías inductivas
Travesía y migración: experiencia de mujeres migrantes	Experiencia migratoria	¿Cómo fue tu experiencia al llegar a Colombia y cómo te adaptaste a la nueva realidad de este país?	Experiencia económica y laboral
	Integración social	¿Cómo ha sido tu experiencia de integración comunitaria en Colombia, y qué te gustaría que cambiara para sentirte más integrada en la sociedad colombiana?	Experiencia con la atención en salud
	Motivos de migración	¿Cuáles fueron las principales razones que te impulsaron a dejar Venezuela y buscar una nueva vida en Colombia?	
	Redes de apoyo	¿Cómo ha sido la experiencia con las redes de apoyo en Colombia para superar las dificultades que enfrentas, y qué tipo de apoyo considerar que te sería más útil?	
	Violencia y discriminación	¿Has experimentado algún tipo de violencia o discriminación en Colombia, y cómo te ha afectado esa experiencia?	
Emoción, género y resiliencia: navegando el impacto emocional de la migración	Impacto emocional de la migración	¿Cómo ha impactado la experiencia migratoria en tu estado emocional?	Duelo migratorio
	Mecanismos de afrontamiento	¿Qué estrategias utilizar para afrontar las emociones difíciles y mantener tu bienestar emocional en Colombia?	Reconfiguración familiar y vínculos afectivos
	Roles de género	¿Cómo te ha afectado la migración con relación a tu rol de mujer, madre, esposa o pareja?	

Horizontes divididos: aspiraciones, desafíos y posibilidad de retorno en proyectos de vida	Metas personales	¿Cuáles son tus metas a corto, mediano y largo plazo en Colombia, y qué aspiraciones tienes para tu futuro?	Dilema de doble precariedad
	Retos para el proyecto de vida	¿Qué obstáculos o dificultades te impiden alcanzar tus metas?	
	Retorno a Venezuela	¿Consideras la posibilidad de regresar a Venezuela en algún momento, y qué factores influirían en tu decisión?	

Nota: Descripción de temas y códigos.

4.3 Marco conceptual

Según la UNESCO (2018), la **migración** se define como el movimiento de un grupo de personas o de una persona sola por medio de una frontera internacional o nacional. En ese sentido, migrante sería un individuo que se ha movido desde un área hacia otra; mientras tanto, inmigrante sería aquella persona que sale de un área y llega a otra. Por su parte, inmigrante sería un individuo que llega a un área. El flujo migratorio se define como el proceso de migración desde el origen hasta la llegada.

Es decir, **migrante** es una persona que no necesariamente decidió movilizarse por factores externos de peso, sino a aquellas personas que han tomado esta decisión de manera libre y voluntaria. Siendo así, migrante se considera a aquella persona que es residente en el extranjero durante un periodo superior a un año, independientemente de las causas o las formas mediante las cuales tuvo que migrar (UNESCO, 2018).

La **migración** se puede clasificar en términos de permanente o temporal, es decir, la migración permanente es cuando un individuo o grupo de individuos se establecen de forma indefinida en un lugar, sin intenciones de regresar al lugar de origen; mientras tanto, la migración temporal es cuando dichos movimientos tienen una duración determinada, con intenciones de regresar al lugar de origen o de movilizarse hacia otro territorio (UNESCO, 2018).

Por otro lado, el **desplazamiento forzado** implica la migración de una persona o grupos de personas por razones de violencia, violaciones a los derechos humanos o persecuciones en general (Banco Mundial, 2024). Esto puede incluir problemáticas como pobreza extrema, falta de acceso a servicios básicos o de necesidades de supervivencia, desastres humanos o naturales, discriminación, entre otros factores (Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados, 2024).

El **desplazamiento interno** en Colombia se refiere a la migración obligatoria dentro del territorio nacional debido a amenazas o situaciones que ponen en riesgo la vida de la persona o grupo de personas, lo cual puede afectar el orden público (Corte Constitucional de la República de Colombia, 2014).

Ahora, la **violencia intrafamiliar** se ejerce en el contexto doméstico y puede presentarse como violencia física, sexual, psicológica, omisión o negligencia. La violencia física implica causar daño físico a otra persona, por medio de lesiones que se pueden ejercer en el cuerpo del otro, como, por ejemplo, puñetazos, mordiscos, jalones, empujones, patadas, cachetadas, entre otros. Asimismo, en algunos casos pueden utilizarse objetos para propinar esta violencia, armas, sustancias, agentes químicos u otros elementos que causen daño físico (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2022).

Ahora, la **violencia sexual** implica realizar cualquier acto sexual de manera no consensuada y en contra de la voluntad de la otra persona. Además, este tipo de violencia puede acompañarse de violencia física, emocional o psicológica y generalmente sucede en escenarios de relaciones desiguales o de poder entre la víctima y el victimario (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2022).

La **violencia psicológica o emocional** implica realizar acciones para controlar ya sea las emociones, la conducta, las creencias o incluso las decisiones de otro miembro de la familia. Algunas formas de esta violencia incluyen la discriminación, humillación, rechazo, entre otros (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2022).

Mientras tanto, la omisión o negligencia hace referencia a la falta de protección o de cuidados básicos hacia un miembro de la familia, especialmente cuando hay alguna persona que requiere de cuidados y no se protege de la exposición a riesgos o peligros contra su vida. Además, cuando no se satisfacen las necesidades de ese miembro de la familia que requiere cuidados y apoyo. Esto siempre que se tengan los medios y el acceso a servicios, pero por voluntad propia se decide no tomarlos, poniendo en riesgo a la persona que necesita de estos apoyos (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2022).

Finalmente, los **ambientes de aprendizaje** son un proceso completo en el cual ocurren interacciones entre el estudiante, el docente y la institución educativa. Además, el ambiente de aprendizaje influye de manera importante en el desarrollo del estudiante, no solo a nivel cognitivo sino también a nivel afectivo y social, llegando incluso a que el conocimiento sea llevado a escenarios de la vida cotidiana del estudiante (de Korniejczuk, 2019).

Por otro lado, el concepto de ambientes de aprendizaje es flexible y abierto y permite la exploración y el descubrimiento del estudiante, por medio de actividades que a él le resulten relevantes o significativas. Esto permite a los estudiantes conectar con sus propios intereses, experiencias y motivaciones (Shively, 2014).

4.4 Marco Legal

Según el Plan Nacional de Desarrollo de Colombia se enfatiza en la necesidad de promover la igualdad de género y crear oportunidades que permitan a las mujeres desarrollarse plenamente en todos los ámbitos de su vida. Además, en este documento se reconocen las dificultades que se continúan presentando entre hombres y mujeres, así como cifras importantes en lo que respecta a temas de violencia y embarazo a temprana edad (Ministerio de Igualdad de Colombia, 2024).

Por ello, en este plan se plantean estrategias particulares para cada una de las problemáticas identificadas, que van desde reducir la brecha salarial, implementar políticas para la equidad de la mujer, hasta desarrollo de estrategias para prevenir la violencia sexual, promover la salud sexual y reproductiva y reducir el embarazo adolescente. Finalmente, en este plan se hace énfasis en los temas del cuidado y de la economía del cuidado, con el fin de promover la inclusión de las mujeres en mercados laborales formales y reducir la sobrecarga en el entorno familiar (Ministerio de Igualdad de Colombia, 2024).

Por otro lado, en la "Estrategia de Monitoreo y Evaluación del Plan Nacional Decenal de Educación 2016-2026" se presenta una visión integral de la educación en Colombia, enfatizando en la necesidad de un sistema educativo equitativo, inclusivo y de calidad. Además, se destaca la importancia de la participación activa de la comunidad y el reconocimiento de las necesidades de los diversos grupos sociales. En general, en este plan se reconoce la importancia de la formación docente, el uso de tecnologías de la información, la comunicación, la promoción de la investigación, la ciencia y las actualizaciones curriculares pertinentes (Comisión Gestora del PNDE 2016-2026, 2019).

En cuanto a la protección de los derechos de los migrantes, en primer lugar, la Ley 146 de 1994 dicta la protección internacional de los derechos de los trabajadores migratorios y sus

familias y establece un marco general de protección para los migrantes. De igual manera, la Ley 599 de 2000 tipifica el tráfico de migrantes, la trata de personas, y la explotación sexual, siendo relevante para comprender la vulnerabilidad a la que están expuestas las mujeres migrantes (Ministerio de Justicia y del Derecho, 2024).

Asimismo, la creación del Sistema Nacional de Migraciones (Ley 1465 de 2011) busca acompañar al Gobierno Nacional en el diseño y ejecución de políticas públicas para los migrantes. También el Decreto 1067 de 2015, que contiene disposiciones generales sobre migración, y el Decreto 216 de 2021 que establece el Estatuto Temporal de Protección para Migrantes, marcan hitos en la respuesta del gobierno colombiano a la crisis migratoria. Estos decretos, junto con la Resolución 971 de 2021, que implementa el Estatuto Temporal de Protección, han permitido regularizar la situación de muchos migrantes venezolanos (Ministerio de Justicia y del Derecho, 2024).

A su vez, la Ley 1873 de 2017 establece una política integral de atención humanitaria para la crisis fronteriza con Venezuela, y el Decreto 542 de 2018 crea un registro administrativo de migrantes venezolanos, siendo pasos importantes para la atención a esta población. De la misma forma, la Sentencia T-956-2013 sobre el derecho al debido proceso de los migrantes, ha contribuido a fortalecer la protección de los derechos fundamentales de los migrantes, incluyendo el acceso a intérpretes y la garantía de un trato digno (Ministerio de Justicia y del Derecho, 2024).

La Constitución Política de Colombia establece un marco de derechos y garantías fundamentales que son aplicables a todas las personas, incluyendo las mujeres migrantes venezolanas. Los artículos 9, 13, 24, y 53, por ejemplo, garantizan la igualdad, la no discriminación, la libertad personal, la dignidad humana y el acceso a la seguridad social, principios esenciales para la protección de las mujeres migrantes. Estos artículos son cruciales para

asegurar que no sean discriminadas por su origen, sexo u otras características, que no sean privadas de su libertad arbitrariamente, y que tengan acceso a servicios de salud, educación y pensiones (Ministerio de Justicia y del Derecho, 2024).

5. Metodología

5.1 El Enfoque de la investigación

La presente investigación se enmarca en un enfoque cualitativo, guiado por el paradigma epistemológico pragmatista sociologista que, como orientación epistemológica, combina elementos del **pragmatismo clásico** (como el de John Dewey) con una mirada **sociológica crítica**, centrada en la utilidad del conocimiento para la transformación social y el análisis situado de la acción humana. Esta elección se fundamenta en la necesidad de comprender las realidades específicas y multifacéticas de las mujeres migrantes venezolanas en la Comuna 8 de Cúcuta, así como en la búsqueda de soluciones prácticas y contextualizadas para abordar sus desafíos en la gestión emocional y el desarrollo de su proyecto de vida.

El pragmatismo sociologista según Dubet (1994), reconoce la importancia de la acción humana como motor del conocimiento y la transformación social. En este caso, la investigación se centra en la creación de un ambiente de aprendizaje gamificado que impulse la gestión emocional y el desarrollo del proyecto de vida, entendiendo estas prácticas como el punto de partida para la investigación y la acción. A su vez, este enfoque busca generar conocimiento que tenga un impacto directo en la realidad social, contribuyendo a la solución de problemas y al mejoramiento de las condiciones de vida. El ambiente de aprendizaje gamificado desarrollado en esta investigación busca brindar herramientas prácticas para que las mujeres migrantes venezolanas puedan afrontar sus desafíos y construir un futuro más próspero.

El pragmatismo sociologista también reconoce la pluralidad de perspectivas y experiencias que se dan en un contexto social. Esta investigación busca comprender la realidad de las mujeres migrantes venezolanas desde su propia perspectiva, incorporando sus voces, necesidades y

experiencias en la construcción del programa gamificado. Por último, la investigación pragmática busca promover la colaboración entre diferentes actores sociales, incluyendo investigadores, participantes, y la comunidad. El diseño colaborativo del ambiente de aprendizaje ~~programa~~ gamificado, con la participación activa de las mujeres migrantes, refleja este espíritu de colaboración y diálogo.

En ese sentido, el pragmatismo sociologista proporciona un marco epistemológico sólido para abordar metodológicamente la presente investigación. La elección de este paradigma permite profundizar en la comprensión de las necesidades y desafíos específicos de las mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta. A su vez, este enfoque fomenta la participación activa de las mujeres migrantes en el proceso de investigación, asegurando que el programa sea relevante y útil para ellas.

5.2 Diseño de investigación

El diseño de esta investigación se basa en la metodología de la Investigación-Acción Participativa (IAP), la cual se alinea con los objetivos y el enfoque pragmatista sociologista de la investigación. La IAP se caracteriza por ser un proceso cíclico, reflexivo y colaborativo, donde la investigación se convierte en un proceso de acción transformadora que involucra a todos los participantes.

La IAP se fundamenta en la idea de que el conocimiento se construye a través de la acción y la reflexión conjunta. En este caso, la investigación se desarrolló en un ciclo continuo de planificación, acción, observación, reflexión y re-planificación. Se inicia con la identificación de las necesidades y desafíos de las mujeres migrantes venezolanas, incluyendo sus experiencias,

perspectivas y necesidades específicas en la gestión emocional y el desarrollo de su proyecto de vida. Posteriormente, se diseña e implementa un ambiente de aprendizaje gamificado, con la participación activa de las mujeres migrantes en su elaboración y ejecución. Se realizó un seguimiento constante de las acciones, incluyendo la observación de los procesos, la interacción entre los participantes, y los resultados que se van obteniendo. Se analizan los resultados y observaciones, incluyendo la retroalimentación de las mujeres migrantes, para identificar fortalezas, debilidades y oportunidades de mejora. Finalmente, se modifica y adapta el programa en base a la reflexión y evaluación, buscando una mejora constante y una mayor pertinencia para las necesidades de las mujeres migrantes.

La aplicación de la Investigación-Acción Participativa en esta investigación garantiza un proceso de investigación colaborativo, reflexivo y transformador, que busca generar un impacto positivo en la vida de las mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, empoderándolas para la gestión emocional y el desarrollo de su proyecto de vida.

5. 3 El procedimiento o fases

La IAP se aplica en la investigación a través de cuatro fases: Diagnóstico participativo, Diseño colaborativo del ambiente de aprendizaje gamificado, Implementación y Evaluación y reflexión.

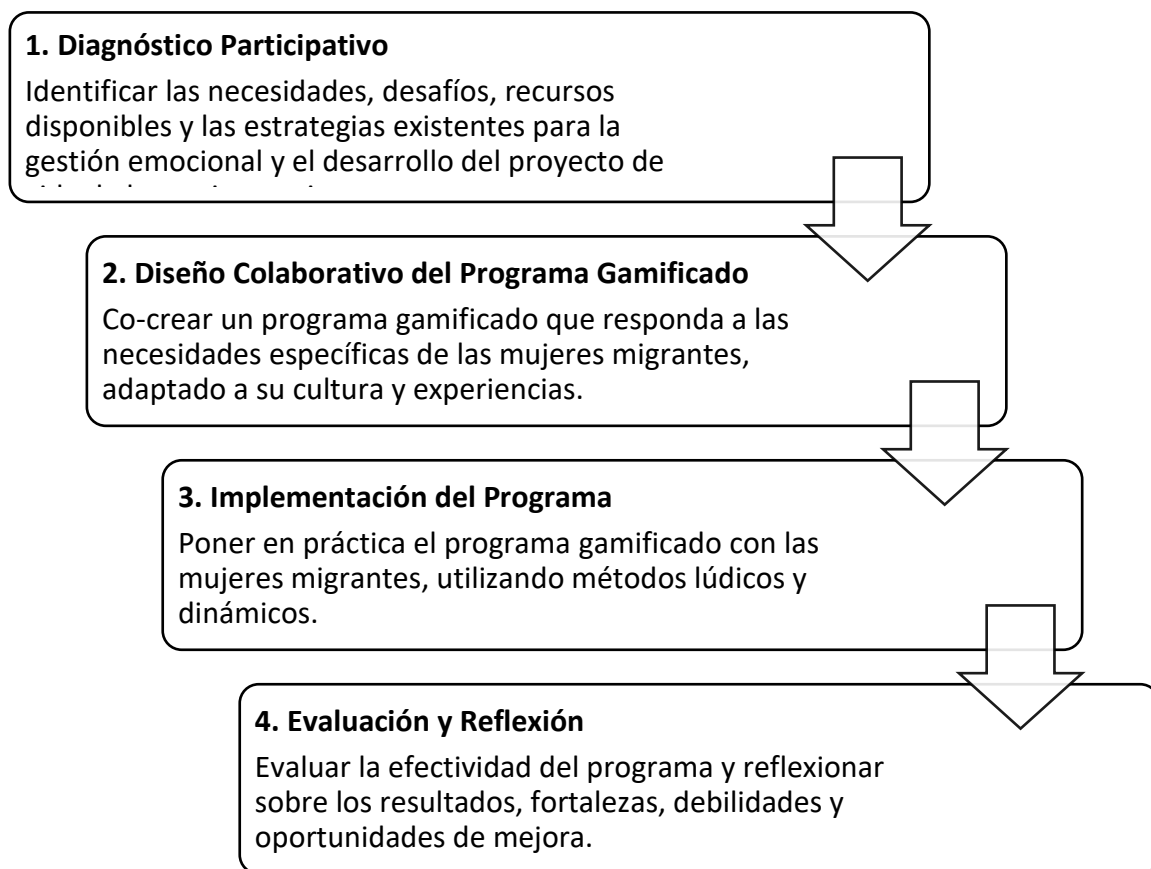
En la fase del **Diagnóstico participativo** se realizan entrevistas individuales y grupales con las mujeres migrantes, utilizando herramientas como cuestionarios, grupos focales y técnicas de lluvia de ideas. Se trabaja con herramientas visuales para facilitar la participación y comprensión de las mujeres migrantes, con el objetivo de identificar sus necesidades, desafíos,

recursos disponibles y las estrategias que ya utilizan para la gestión emocional y el desarrollo de su proyecto de vida.

En la segunda fase, se implementa un proceso de co-creación del ambiente de aprendizaje gamificado con las mujeres migrantes, utilizando técnicas de diseño participativo y gamificación, incluyendo la selección de temas, la elección de mecánicas de juego, la creación de personajes, la elaboración de historias y la construcción de los objetivos del programa. Se busca que las acciones respondan a las necesidades específicas de las mujeres migrantes y que esté adaptado a su cultura y experiencias.

En la fase de implementación se pone en práctica el ambiente de aprendizaje gamificado con las mujeres migrantes, utilizando métodos lúdicos y dinámicos que fomentan la participación activa, la colaboración y el aprendizaje. Se realiza un seguimiento constante, con el objetivo de identificar y resolver cualquier dificultad que pueda surgir. Finalmente, en la fase de Evaluación y reflexión se evalúa su efectividad a través de diferentes métodos, incluyendo encuestas, entrevistas, grupos focales y observaciones de la participación de las mujeres migrantes. Se realiza una reflexión conjunta sobre los resultados obtenidos, las fortalezas, debilidades y oportunidades de mejora, para adaptar la propuesta a las necesidades de las mujeres migrantes.

Figura 1. *Fases de la investigación*



Nota: Elaboración propia.

5.4 Población y muestra poblacional

Población objetivo: La población objetivo de esta investigación fueron las mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, beneficiarias indirectas del programa de Ludoteca de la Corporación Organización El Minuto de Dios regional Santander. Esta población se caracteriza por haber llegado a Cúcuta en busca de oportunidades y seguridad, enfrentando una serie de retos y necesidades, incluyendo la adaptación a un nuevo contexto social y cultural, la

búsqueda de empleo y vivienda, el acceso a servicios básicos, y la gestión de sus emociones en un contexto de incertidumbre y cambio.

Muestreo: Se utilizará un muestreo no probabilístico, específicamente un muestreo por conveniencia o intencional. Este tipo de muestreo se considera adecuado para este estudio por su enfoque cualitativo y por la necesidad de trabajar con un grupo específico de mujeres migrantes que participan en el programa de Ludoteca, permitiendo la participación activa y la construcción conjunta del conocimiento.

Tamaño de la muestra: El tamaño de la muestra estará definido por la saturación de la información. Es decir, se irá incluyendo a nuevas participantes hasta que se obtenga información relevante y repetitiva, lo que indicará que se ha alcanzado un punto de saturación y que no se obtendrán datos nuevos con la inclusión de más participantes. Se estima que la muestra estará compuesta por un grupo de entre 10 a 15 mujeres migrantes, considerando que la investigación se centrará en la construcción de un ambiente de aprendizaje gamificado que se adapte a las necesidades y experiencias específicas de este grupo.

Características de la muestra: Las participantes del estudio fueron mujeres migrantes venezolanas que cumplieron con los siguientes criterios:

- Edad: Entre 18 y 55 años.
- Género: Femenino.
- Residencia: Residente en la Comuna 8 de Cúcuta.
- Beneficiaria indirecta del programa de Ludoteca: Participa en las actividades de la ludoteca como acompañante de niños o niñas.

Consideraciones:

Tabla 5. *Perfiles de los sujetos de investigación*

Informantes	Perfil
Mujer 1	Madre de dos hijos, se encuentra en unión libre, realiza oficios varios, ama de casa, cuenta con el apoyo de su pareja.
Mujer 2	Hijo único, madre cabeza de hogar, se encuentra en unión libre, es ama de casa, no concluyó el bachillerato y cuenta con el apoyo de su pareja actual.
Mujer 3	Único hijo, madre cabeza de hogar, soltera, ama de casa, no concluyó el bachillerato, no cuenta con el apoyo del padre de su hijo.
Mujer 4	Único hijo, madre cabeza de hogar, soltera, comerciante, no concluyó el bachillerato y no cuenta con el apoyo del padre de su hijo.
Mujer 5	Madre de dos hijos, ama de casa, es licenciada en educación, título obtenido en Venezuela, sin poder ejercer en Colombia, se encuentra en unión libre, cuenta con el apoyo de su pareja.
Mujer 6	Madre de 3 hijos, soltera, ama de casa, no concluyó el bachillerato, no cuenta con el apoyo económico del padre de sus hijos.
Mujer 7	Madre de dos hijos, casada, cuenta con trabajo y con el apoyo económico de su esposo.
Mujer 8	Madre de dos hijos, se encuentra en unión libre, es ama de casa, culminó sus estudios, si cuenta con el apoyo de su pareja.
Mujer 9	Madre de tres hijos, se encuentra en unión libre, es ama de casa, cuenta con el apoyo económico del padre de sus hijos.
Mujer 10	Madre de tres hijos, madre soltera, ama de casa, viven de lo que pueda vender a diario, actualmente no cuenta con el apoyo económico del padre de sus hijos.
Mujer 11	Madre de tres hijos, soltera, trabaja como independiente, no cuenta con el apoyo económico de ninguno de los padres de sus hijos.
Mujer 12	Madre de dos hijos, se encuentra en unión libre, trabaja como independiente vendiendo artículos de aseo, no cuenta con el apoyo económico del padre de sus hijos.
Mujer 13	Madre de 3 hijos, se encuentra en unión, es ama de casa, no concluyó su bachillerato, actualmente es ama de casa y cuenta con el apoyo del económico del padre de sus hijos.
Mujer 14	Madre de dos hijos, ama de casa, soltera, no concluyó el bachillerato, trabaja como independiente, no cuenta con el apoyo económico del padre de sus hijos.
Mujer 15	Un solo hijo, se encuentra en unión libre, trabaja como costurera independiente, también cuenta con el apoyo económico del padre de sus hijos.

Es importante destacar que la selección de la muestra se realizará con el objetivo de asegurar una representación diversa de las experiencias y perspectivas de las mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta. Se buscará incluir mujeres de diferentes edades, niveles educativos, ocupaciones y tiempos de residencia en Cúcuta, para garantizar que el ambiente de aprendizaje gamificado se adapte a las necesidades y experiencias específicas de la población objetivo.

5.5 Técnicas e instrumentos de recolección de información

Se utilizan dos técnicas principales para la recolección de información: la observación participante y la entrevista semiestructurada. Estas técnicas permiten obtener información rica y profunda sobre la realidad de las mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, incluyendo sus necesidades, desafíos, experiencias y perspectivas en la gestión emocional y el desarrollo de su proyecto de vida.

1. Observación participante (Diario de Campo):

Objetivo: Registrar observaciones y experiencias directas durante la participación en las actividades de la Ludoteca, incluyendo la interacción entre las mujeres migrantes, sus emociones, sus estrategias de afrontamiento, y los recursos que utilizan para la gestión emocional y el desarrollo de su proyecto de vida.

Estructura: El diario de campo se organizará en secciones que permitan registrar las fechas, las observaciones, las reflexiones, las emociones experimentadas, las interacciones con las participantes, y las preguntas que surjan durante la observación.

2. Entrevista semiestructurada (Guía de entrevista) (Ver Anexo A):

Objetivo: Obtener información detallada sobre las necesidades, desafíos, experiencias, y expectativas de las mujeres migrantes venezolanas en relación a la gestión emocional y el desarrollo de su proyecto de vida.

Estructura: La entrevista se dividió en dos partes:

Parte 1: Datos sociodemográficos: Se recopiló información básica sobre las participantes, incluyendo su edad, estado civil, nivel educativo, ocupación, tiempo de residencia en Cúcuta, número de hijos, nivel socioeconómico, y experiencias migratorias.

Parte 2: Preguntas abiertas: Se utilizaron preguntas abiertas para que las participantes pudieran expresar sus opiniones y experiencias en sus propias palabras, enfocadas en temas como dificultades en la gestión emocional, estrategias de afrontamiento, recursos utilizados para la gestión emocional, expectativas para su futuro y su proyecto de vida.

A la hora de llevar a cabo la validación con expertos para la entrevista semi-estructurada, se tuvo en cuenta el siguiente procedimiento: se presenta el guion de la entrevista a los expertos, explicando el objetivo general de la investigación, el enfoque cualitativo y la importancia de las preguntas abiertas para obtener información rica y contextualizada. Luego, los expertos hacen la revisión de la entrevista, considerando la pertinencia de las preguntas con respecto al objetivo de la investigación, la claridad y la capacidad para obtener información relevante de las participantes. Posteriormente, se incorporan las recomendaciones, se realizan aclaraciones eliminación o adición de preguntas.

Teniendo en cuenta el texto de Braun & Clarke (2006), se llevó a cabo un análisis, el cual consta de 6 pasos:

1. Familiarización con los datos
2. Generación de códigos iniciales
3. Búsqueda preliminar de temas en los datos
4. Revisión de los temas creados
5. Definición y nombramiento de los temas
6. Producción del informe de resultados

Esta técnica de análisis de datos, permite identificar y análisis temas en el conjunto de datos, de manera que se puedan describir detalles de la información e interpretar los datos a la luz del tema de investigación. Específicamente para la unidad de análisis de esta investigación, el análisis de datos se enmarca en el enfoque construccionista social, es decir, se contextualizan las verbalizaciones y experiencias de las mujeres migrantes de manera social y cultural.

5.5.1 Criterios de validez y fiabilidad del instrumento

Para aplicar estas herramientas, se realizó una validación de constructo mediante el juicio de expertos para ambas herramientas, entrevistas semiestructuradas y observación participante (Ver Anexos B-E).

El juicio de expertos constituye un procedimiento fundamental para establecer la validez de contenido de un instrumento, en tanto permite valorar en qué medida este evalúa efectivamente la variable que se propone medir, a partir del criterio de personas con conocimientos especializados (Hernández, Fernández & Baptista, 2014). En este sentido, la revisión de expertos permite identificar ítems poco pertinentes, ajustar redacciones y delimitar dimensiones clave, favoreciendo así la calidad, consistencia y adecuación del instrumento (Bernal-García, Salamanca, Pérez & Quemba, 2018; García, 2018).

Así las cosas, se seleccionarán los expertos con títulos de maestría, y la validación se realizó mediante la revisión de las herramientas y la respuesta a un formato de evaluación. Con la validación de juicio de expertos se tomaron en cuenta recomendaciones sobre profundizar en la diversidad de experiencias individuales, considerándola influencia del idioma, la cultura y las oportunidades laborales. También se recomendó abordar barreras comunes que enfrentan las mujeres migrantes.

Tabla 6 *Observaciones generales a la estructura de las categorías por parte de validadores expertos*

OBSERVACIONES DE LOS VALIDADORES POR CATEGORÍAS				
Validador	Dimensión 1	Dimensión 2	Dimensión 3	Ajuste realizado
	Integración comunitaria	Gestión emocional y bienestar	Proyecto de vida y aspiraciones	
1	<p>Categoría Integración Comunitaria, se recomienda profundizar en la diversidad de experiencias individuales, considerando factores como el idioma, la cultura y las oportunidades laborales, que son esenciales para una integración exitosa. Es fundamental identificar y abordar las barreras comunes, como posibles prejuicios o dificultades de acceso a servicios, que los migrantes pueden enfrentar. Además, fomentar la participación activa en la comunidad puede facilitar la conexión y aceptación de los migrantes. Por último, incluir una evaluación detallada sobre las áreas en las que los migrantes</p>	<p>En la categoría "Gestión Emocional y Bienestar" son acertadas y pertinentes, ya que abordan aspectos cruciales de la experiencia migratoria. Para mejorar la claridad, se sugiere formular las preguntas de manera que sean más directas y fácilmente comprensibles. Por ejemplo, en lugar de "¿Cómo ha impactado la experiencia migratoria en tu estado emocional?", se podría reformular como "¿Qué cambios has notado en tu estado emocional desde que llegaste a Colombia?". Además, es importante asegurar que todas las preguntas estén</p>	<p>En la categoría "Proyecto de Vida y Aspiraciones" son relevantes y abordan aspectos esenciales de la experiencia migratoria. Para mejorar la claridad, se sugiere reformular algunas preguntas para hacerlas más accesibles. Por ejemplo, "¿Qué obstáculos o dificultades te impiden alcanzar tus metas?" podría especificar los tipos de obstáculos, como "¿Qué barreras encuentras en tu vida diaria que dificultan el logro de tus metas?". La redacción es generalmente buena y se alinea bien con los objetivos de la investigación, que buscan explorar las aspiraciones y desafíos de los migrantes en Colombia. En conjunto, estas preguntas</p>	<p>Se realizaron ajustes de la entrevista semiestructurada, para mejorar la claridad y especificidad de las preguntas, específicamente en lo que corresponde a gestión emocional y proyecto de vida. Se profundizó en lo que tiene que ver con las experiencias individuales, barreras y necesidades de cambio sobre la integración comunitaria. Además, se ajustaron las preguntas para garantizar el uso del "usted" de manera formal.</p>

	<p>sienten la necesidad de cambios permitirá desarrollar políticas efectivas y fortalecer las redes de apoyo, generando un entorno más inclusivo y comprensivo para todos.</p> <p>Es importante, recordar el realizar las preguntas en tercera persona, inicialmente no se recomienda el tutear a los consultantes.</p>	<p>alineadas con los objetivos de la investigación, lo cual parece cumplirse en su mayoría. En general, la estructura y el enfoque del cuestionario son coherentes con la temática de bienestar y salud emocional, lo cual facilitará obtener datos valiosos y significativos del proceso migratorio.</p>	<p>proporcionan una perspectiva valiosa sobre los sueños y la realidad de los migrantes, lo que enriquecerá la comprensión del proceso de adaptación.</p>
2	<p>Considero que el conjunto de preguntas se ajusta a los requerimientos descriptivos que ofrece la categoría de Experiencia migratoria y adaptación, ya que buscan ahondar por su relato como migrante en Colombia.</p>	<p>Los ítems planteados en el instrumento son coherentes con el objetivo del estudio. Tienen total correspondencia con el rastreo que se plantea frente a la categoría propuesta. Es un interesante insumo para desarrollar apuestas formativas desde las instituciones competentes</p>	<p>Las preguntas planteadas en el instrumento tienen relación con el propósito investigativo de la categoría, en la medida en que recorren las posibilidades que las mujeres migrantes pueden asumir estando en Colombia. Es un acercamiento a la mirada futura como insumo para planteamientos sociales y/o estatales.</p>

Nota: Elaboración propia.

Criterio de fiabilidad (análisis por pregunta)

El análisis muestra que los jueces valoraron la entrevista de manera positiva, ambos indicaron que la mayoría de las preguntas son claras y coherentes con los objetivos. Solamente el evaluador 1 indicó un comentario sobre la pregunta de estrategias de afrontamiento emocional en cuanto a redacción.

Tabla 7 Evaluación de cada ítem del instrumento de entrevista por parte de los validadores expertos

CRITERIOS DE VALIDACIÓN		Claridad en las preguntas		Redacción		Coherencia con objetivos y tipo de investigación		Observaciones Evaluador 1	Claridad en las preguntas		Redacción		Coherencia con objetivos y tipo de investigación		Observaciones Evaluador 2
		Evaluador 1		Evaluador 1		Evaluador 1			Evaluador 2		Evaluador 2		Evaluador 2		
No .	PREGUNTAS	SI	NO	SI	NO	SI	NO		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	1. ¿Cuáles fueron las principales razones que te impulsaron a dejar Venezuela y buscar una nueva vida en Colombia?	X		x		x			x		x		x		
	2. ¿Cómo fue tu experiencia al llegar a Colombia y cómo te adaptaste a la nueva realidad de este país?	x		x		x			x		x		x		
	3. ¿Cómo ha sido tu experiencia de integración comunitaria en Colombia, y qué te gustaría que cambiara para sentirte más integrada en la sociedad colombiana?	X		x		x			x		x		x		
	4. ¿Cómo ha sido la experiencia con las redes de apoyo en Colombia para superar las dificultades que enfrentas, y qué tipo de apoyo consideras que te sería más útil?	X		x		x			x		x		x		
	1. ¿Cómo ha impactado la	x		x		x			x		x		x		

experiencia migratoria en tu estado emocional?														
2. ¿Qué estrategias utilizas para afrontar las emociones difíciles y mantener tu bienestar emocional en Colombia?	X		X		x				x		x		x	
3. ¿Has experimentado algún tipo de violencia o discriminación en Colombia, y cómo te ha afectado esa experiencia?	X		x		x				x		x		x	
4. ¿Cómo te ha afectado la migración en relación a tu rol de mujer, madre, esposa o pareja?	X		x		x				x		x		x	
1. ¿Cuáles son tus metas a corto, mediano y largo plazo en Colombia, y qué aspiraciones tienes para tu futuro?	X		x		x				x		x		x	
2. ¿Qué obstáculos o dificultades te impiden alcanzar tus metas?	X		x		x				x		x		x	
3. ¿Consideras la posibilidad de regresar a Venezuela en algún momento, y qué factores influirían en tu decisión?	X		x		x				x		x		x	

Nota: Elaboración propia.

Consideraciones éticas

La investigación se guía por los principios éticos de beneficencia, no maleficencia, autonomía y justicia. Para ello, se buscó maximizar los beneficios de la investigación para las participantes y para la comunidad, minimizando los riesgos, evitando cualquier daño o sufrimiento a las participantes durante la investigación. Además, se respetó el derecho de las participantes a decidir libremente si desean participar o no en la investigación, y a retirar su consentimiento en cualquier momento. Por último, se garantizó la participación equitativa de las mujeres migrantes en la investigación, sin discriminación o favoritismo.

También se solicitó el consentimiento informado a las participantes (Ver Anexo F) antes de iniciar la investigación, explicándoles claramente los objetivos del estudio, los procedimientos que se seguirán, la confidencialidad de la información, y sus derechos como participantes. Se les informará que pueden retirar su consentimiento en cualquier momento sin consecuencias negativas.

1.1 Técnicas de análisis de la información

Para el análisis de la información se utilizan técnicas de análisis de contenido. Se analizaron los datos obtenidos en los diarios de campo y las entrevistas, buscando identificar patrones, tendencias, y temas recurrentes. Se hace uso del software para el análisis de datos cualitativos, Atlas.ti.

6. Análisis de resultados

La presente sección expone los hallazgos derivados del proceso investigativo desarrollado en torno al diseño, implementación y valoración de un ambiente de aprendizaje gamificado orientado a fortalecer la gestión emocional y el proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas residentes en la Comuna 8 de Cúcuta. La estructura de este capítulo se organiza conforme a los objetivos específicos de la investigación, con el fin de ofrecer una lectura coherente del recorrido metodológico y de los sentidos construidos a partir de las voces de las participantes, quienes se constituyen en el centro y motor del proceso investigativo.

Desde una perspectiva cualitativa y participativa, los hallazgos emergen del análisis interpretativo de los relatos, interacciones, actividades y reflexiones generadas en los diferentes momentos de la intervención, permitiendo visibilizar tanto las necesidades que atraviesan a esta población como las oportunidades de agencia y resignificación que pueden emerger desde una propuesta pedagógica gamificada.

En el primer apartado, se presentan las necesidades y desafíos identificados en torno a la gestión emocional y la construcción del proyecto de vida, recogidos a través de entrevistas, talleres diagnósticos y observaciones directas, revelando aspectos clave del contexto migratorio, las dinámicas familiares, y las barreras psicosociales que enfrentan las participantes. A continuación, se expone el proceso de diseño colaborativo del ambiente de aprendizaje, resaltando los aportes, ajustes y decisiones que surgieron de la interacción con las mujeres, así como los criterios pedagógicos y emocionales que guiaron la construcción de la propuesta. Posteriormente, se documenta la implementación de dicho ambiente, destacando momentos significativos, aprendizajes emergentes y reacciones de las participantes frente a las dinámicas gamificadas. Finalmente, se analiza el impacto de la intervención, tomando en cuenta los cambios percibidos

en términos de autoconocimiento, gestión emocional, proyección personal y sentido de pertenencia.

La presentación de estos resultados no busca ofrecer conclusiones cerradas, sino abrir caminos de reflexión y acción educativa situada, reconociendo la complejidad de los procesos migratorios y la necesidad de enfoques sensibles, creativos y transformadores que promuevan la dignidad y el empoderamiento de las mujeres en contextos de vulnerabilidad.

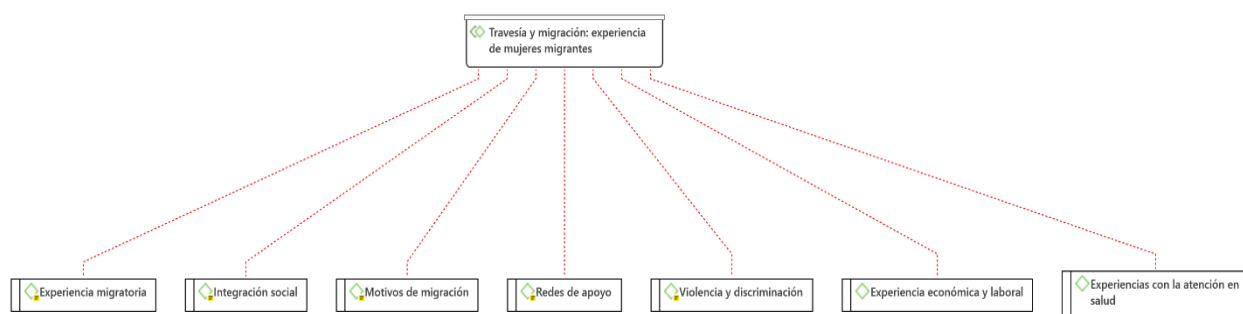
6.1 Necesidades y desafíos en la gestión emocional y el proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas en la Comuna 8 de Cúcuta

Resultado de la aplicación y análisis de las entrevistas semiestructuradas, se lograron identificar tres grandes dimensiones: I) Travesía y migración: experiencia de mujeres migrantes, II) Emoción, género y resiliencia: navegando el impacto emocional de la migración y III) Horizontes divididos: aspiraciones, desafíos y posibilidad de retorno de vida en proyectos de vida.

Travesía y migración: experiencia de mujeres migrantes.

Para iniciar, en la dimensión “Travesía y migración: experiencia de mujeres migrantes” se partió de categorías deductivas o a priori, que fueron i. Experiencia migratoria, ii. Integración social, iii. Motivos de migración, iv. Redes de apoyo, v. Violencia y discriminación. Además, con el análisis de los datos, se lograron identificar 2 categorías inductivas o a posteriori, que fueron: i. Experiencia económica y laboral y ii. Experiencia con la atención en salud. En la figura 1 se pueden observar la dimensión y las subcategorías deductivas e inductivas.

Figura 2. *Travesía y migración: experiencia de mujeres migrantes.*



A continuación, se presentan los resultados de las categorías deductivas, seguidas de las inductivas:

Categorías deductivas:

i. Experiencia migratoria

La experiencia migratoria de mujeres venezolanas llegadas a Colombia es un proceso complejo de necesidad extrema a nivel económico, precariedad, pero también resiliencia. Las condiciones de llegada se caracterizan por vulnerabilidad extrema, pues muchas llegaron “*solamente con la ropa, la maleta, los niños*” (mujer 4), teniendo que empezar “*de cero*” (mujer 13), con recursos mínimos o inexistentes.

Las mujeres narraron que el viaje migratorio fue arduo y peligroso, con largas distancias que en algunos casos tuvieron que recorrer a pie “*Caminamos de Mérida casi llegando a frontera*” (mujer 7). Enfatizaron en el agotamiento físico “*veníamos todos sucios, caminando horrible*”, mostrando la larga distancia en situaciones adversas. Además, la falta de recursos fue un obstáculo que agravó la situación “*no teníamos para pagar pase*”, sugiriendo un control fronterizo burocrático e informal.

Asimismo, las mujeres tuvieron que lidiar con la presencia de niños o el estado de embarazo, lo que hace que el tránsito sea más difícil y tortuoso para ellas, pues verlos soportando la dureza del viaje “*caminaaron como una gente adulta*” causaba mayor angustia, intensificando la

responsabilidad como mujeres cuidadoras. Esto las llevaba a experimentar conflictos emocionales intensos “a veces yo quería sentarme y llorar”, pero se contenían por la responsabilidad hacia los niños “no podía llorar, los traía a ellos”. Algunas de ellas expresaron lo siguiente sobre la experiencia migratoria:

“2015 agosto del 2015 lo tengo súper claro. Porque bueno fue una fecha muy particular y desafortunadamente una semana después es el cierre total de fronteras, entonces eso me marcó porque yo me vine sola y cerraron la frontera y mis hijos con mi mamá quedaron allá y yo quedé aquí y la cabeza me empezó a volar de que nunca los iba a volver a ver. Porque militarizaron, una experiencia horrible y nefasta. Y bueno, gracias a Dios, pues poco a poco, pues nos fuimos dando cuenta de que sí se podía pasar, pero pues con diferentes permisos” (mujer 9).

“Me la traje bueno y entonces empezó el problema con esos guardias en el camino que porque igual la llevaba sin autorización. Le dije, bueno, porque el papá muere y ¿cómo hago? ¿Cómo hago si no es mía? Y ya llegué finalizando aquí sí se pusieron más obtusos y le dije, no es mía, si usted quiere quédesela, ya está criada, pero esa es mía. La mamá vive en Cúcuta, pero es mía, ya la tengo yo desde que tiene 3 meses. No me dijo que porque había viajado sin documentación firmada por los tribunales y todo eso y no, pero es que tengo el permiso, lo necesito yo. A ella le hicieron una llamada a una videollamada en Venezuela y ella cedió. Me autorizó” (mujer 7).

Pese a la dureza del viaje, en esa experiencia migratoria se presentaron momentos de compasión, llevando a personas con autoridad en la zona de frontera a dejar pasar a las mujeres y ayudarlas a que crucen el día en la “chalana”. Las mujeres califican esta experiencia como traumática, dada la sensación de suciedad, el agotamiento, miedo, humillación y la preocupación

constante por los niños, además del contraste con ver a la “gente colombiana salir” con normalidad, sintiéndose desamparadas en ese momento.

Sin embargo, la experiencia migratoria no terminó allí, pues a pesar de su llegada, las mujeres se enfrentaron a desafíos de manera inmediata en Colombia, como el encontrar un lugar en donde vivir, buscar arriendo, ser desalojadas o vivir hacinadas con otras personas o familias grandes. Una de ellas narra que tuvo que dormir en la calle inicialmente y otras que tuvieron que depender totalmente del alojamiento de otros familiares.

La inseguridad alimentaria igualmente se presentó a la llegada de las mujeres, quienes en algunos casos debían acostarse sin dormir, trabajar solo por un plato de comida o tener que pedir alimentos. Esta falta de recursos en la llegada también afectó las necesidades básicas de sus hijos, como los pañales para los bebés, teniendo que improvisar con trapos:

“Estábamos pasando mucha hambre, aguantaba mucho, tenía el abdomen chiquito, pues yo no. El papá de la niña, nos separamos y ya yo quedé sola por la deriva porque tenía mi casa ya, pero igual qué le daba yo de comer, yo no estaba trabajando porque no tenían quién me cuidara la bebé. Estaba muy chiquita, entonces yo para que no se me enfermara me tocaba hervir los trapitos para que no para que no se enfermara porque no tenía mucho trapo tanto, entonces a veces se compraba un pañal y le sacaba la pluma para el trapo dentro del pañal” (mujer 5).

La dificultad para encontrar empleo también se presentó entre las mujeres, por la falta de documentación como el PTP (Permiso Temporal de Permanencia), llevando a un impacto emocional significativo, descrito como “fuerte” (mujer 2), “duro” (mujer 13) y “fatal” (mujer 12). Además, se expresaron sentimientos como desesperación, miedo, incertidumbre y llanto. Lo anterior sumado a experiencias de discriminación, comentarios despectivos o prejuiciosos hacia las mujeres venezolanas.

Sin embargo, la presencia de familiares, como hermanas, madres, tíos, primas y abuelas en Colombia sirvió como redes de apoyo familiar en esa experiencia migratoria inicial atravesadas por las dificultades antes descritas. Por parte de las redes de apoyo, las mujeres recibieron ayuda para la supervivencia inicial, techo, comida y ayuda económica. Además, el obtener trabajos de subsistencia iniciales ayudó en esa experiencia migratoria inicial, pedir ayuda a otros, la resiliencia y la fuerza mental de las mujeres:

“Yo tengo un tío que vive en atalaya. Pues esta mamá se ayudaba mucho con él, él nos ayudaba mucho, nos daba el almuerzo así o unos tíos y comenzamos ir poco a poco este obteniendo que eran las cositas personales para uno dormir para uno este cocinar entonces varios tíos nos ayudaron.” (mujer 8)

“Entonces un señor me dice, ella estaba en un bar que se llama la séptima, o sea, el bar tiene otro nombre, pero es en la avenida séptima aquí en Cúcuta, entonces llegué hasta allá y bueno, cuando me vieron me recibieron y eso la primera semana me la pagaron de arriendo, después no, yo no cobraba en ese momento porque ellas eran cocineras y yo las ayudaba en la cocina y me regalaban una taza de comida” (mujer 7).

ii. Integración social

La integración social de algunas mujeres resultó positiva a nivel de vecinos y a nivel comunitario, destacando la comunicación, apoyo mutuo y la ayuda recibida *“nos tendieron la mano”*, (mujer 2), diciendo que se sienten bien integradas, sin experimentar discriminación y además participan de actividades en las reuniones de la comuna. Las mujeres dicen que sienten sentido de unidad y también de vigilancia por parte de sus vecinos en algunos barrios. Se dice que para lograr este sentido de unidad se necesita ser *“buena vecina”* o ganarse a los miembros de la comunidad:

“Bueno ahí en el barrio donde vivo en el barrio la isla, gracias a Dios somos muy unidos, siempre están pendientes de si uno no está, ellos están pendientes dándole vueltas ahí a a las casas” (mujer 1).

“Sí que son chéveres. Sí me me la me la me los he ganado, pero como buena vecina” (mujer 2)

Se menciona que la integración se facilita por las redes de apoyo locales y organizaciones específicas, como la Asociación de Mujeres Migrantes, Cabezas de Familia o la Asociación Minuto de Dios, porque les proveen talleres, actividades o formaciones que permiten crear lazos comunitarios.

“Por lo menos, comunidad hay una ahorita que se llama asociación para mujeres migrantes y ellas se han encargado de hacer una red y apoyan. De acá están otras organizaciones donde ellos vienen, por lo menos le dan a uno talleres a donde uno aprende psicológicamente, social y comunitario”. (mujer 13).

“Madres cabezas de familia, esto ahí me integré con ella la vecina de ahí de la comunidad. Ellas me dieron muchas oportunidades, ahí empecé a hacer diferentes talleres por medio de ellas me enteré que existían minutos de Dios porque María tenían los niños acá” (mujer 10).

Sin embargo, un grupo de mujeres expresó que hay dificultades y barreras para la integración social, percibiendo una falta de vida social en comparación con la vida anterior en Venezuela. Además, expresan que tienen dificultades para adaptarse, sintiendo nostalgia por su país de origen, sus costumbres y su familia. Esto sumado a los prejuicios y la discriminación percibida, que no les permite sentirse cómodas a la hora de integrarse con personas de nacionalidad colombiana, diciendo que los colombianos tienen un “ego” que no les deja socializar con venezolanos y que tienen “prejuicios”. Algunas mujeres reportan tener pocos amigos, aislarse o

tener dificultades para socializar y que esta era una dificultad que ya existía en Venezuela y que es atribuible a sus factores de personalidad.

“Eso es como el ego que tienen los colombianos. Los prejuicios que tienen con las personas venezolanas. O sea dicen que como venimos de Venezuela, pero no todos vienen a hacer el mal” (mujer 12).

“No muy poco, sí, pero ni siempre me reitero ni en Venezuela ni aquí he sido de muy pocos amigos” (mujer 11).

Las condiciones de vida como el hacinamiento inicial, el ruido provocado por los hijos o los embarazos múltiples también hacen que se generen conflictos con vecinos o con los arrendatarios de los lugares donde viven, dificultando así la convivencia armónica y la integración social adecuada de estas mujeres.

“Tengo 5 hijos que he criado, pues los niños si salen a jugar, ese poco de chinos, si señala para la casa ese viaja llena de chinos, allá arriba viven ese poco de chinos. Ahorita tengo un problema con la dueña de la casa, ya nosotros tenemos 3 años allí. Pero las personas que viven abajo porque nosotros vivimos en un, segundo piso les ha afectado lo que caminan. Que el ruido aquí una cosita, que la otra” (mujer 6).

iii. Motivos de migración

En general, Cúcuta es un destino que es de proximidad geográfica para estas mujeres “lo más cercano que teníamos” (mujer 10) o porque era una opción temporal “mi opción fue Cúcuta por el momento” (mujer 5). Además, otras motivaciones incluyen la crisis económica severa como el motivo más fuerte, debido a la falta de empleo, bajos salarios, hiperinflación, costo de vida, escasez y dificultad para acceder a bienes básicos.

“Porque me quedé sin empleo allá no había trabajo ya para uno vivir estaba muy duro, yo tenía sí. Yo tenía en aquel entonces tenía mis dos casitas. Tuve que salir de una después ya no podía con los gastos y nada, vender la otra y emigrar”. (mujer 12).

“Medio de transportes, acceso a lo más básico que es ir a comprar un mercado, durar horas y horas en una cola para que te dieran 1 kg de azúcar 1 kg de harina. Eso me parece una locura total. Entonces ese fue mi principal motor” (mujer 9).

Otra de las razones fue la búsqueda de un mejor futuro y oportunidades diferentes especialmente para sus hijos, en cuanto a mejor calidad de vida, educación y salud.

“Buscaba un mejor futuro para los niños” (mujer 4).

“También por estudios del niño. Porque en Venezuela no funcionaban por así decirlo” (mujer 3).

“Sí el estudio buscando mejor educación para mis hijos y mejores oportunidades para ellos” (mujer 10).

El deterioro de servicios básicos como en la infraestructura, el agua, afectación a medios de transporte y la percepción de la situación como “muy dura” (mujer 2, mujer 7) y que “todo se ha ido empeorando” (mujer 10). Por último, la presencia de familiares en Colombia también motivó la migración, aunque no siempre es el motivo principal, pero si constituye un motor importante, ya sea por la presencia de seres queridos o porque algunas personas requerían su cuidado, como sobrinos o madre enferma.

“En el 2016, en abril esta prima que te estoy contando estaba embarazada y ella fallece dando a luz entonces ella estaba la niña y quedaron en el aire. Entonces ahí sí yo dije no, yo ya me voy definitivamente y ya me vine yo como cuidadora tanto de allá y de acá”. (mujer 9).

“Ya tengo qué, 6 años acá o qué me vine, bueno más que todo yo me vine fue porque mi mamita estaba enferma en ese momento” (mujer 7).

iv. Redes de apoyo

Las mujeres migrantes en su proceso o experiencia migratoria han recibido apoyo de diferentes fuentes, y de diversos tipos, como apoyo material, emocional, práctico y para favorecer la integración social. También indicaron que el apoyo proviene de la familia nuclear, familia extensa, comunidad/vecinos/, instituciones religiosas, fundaciones o de nuevas amistades en Colombia.

El apoyo material, ha consistido en la ayuda con necesidades básicas como vivienda estable y segura y alimentación, especialmente en momentos de crisis. Igualmente, el apoyo económico o la ayuda para conseguir trabajo recibiendo prestaciones sociales ha sido muy favorable y valorado por las mujeres.

“Pues los vecinos, bueno, nos tendieron la mano. Por ejemplo, una vecina llegó y nos dijo que nos pasáramos para allá y ahí estuvimos hasta que y con la vecina y todo eso fue que pudimos superar eso y pues nosotros llevamos ese tiempo en el Zulia, iglesia católica que nos ayudó con mercaditos y eso yo así fuimos superando eso” (mujer 2).

“Con la ayuda de él y con la ayuda de un amigo de él, pude conseguir un trabajo. Actualmente estoy trabajando en un trabajo donde me dan todo lo que es de seguridad, todo lo que es de prestaciones y eso es poco a poco fuimos avanzando los dos más que todo yo, porque yo me recompuse” (mujer 8).

“Tenemos un tío que vive en una finca y tiene un lote acá. Él construyó y él dijo no, pues este yo tengo una piecita donde ustedes pueden llegar ahí, no me van a pagar absolutamente nada, sino que tienen las posibilidades de vivir ahí” (mujer 8).

El apoyo emocional, por otra parte, se ha expresado con tener personas con quienes hablar, compartir las preocupaciones o cargas, sentirse parte de la comunidad y recibir apoyo psicológico para subir el estado de ánimo y gestionarse emocionalmente de manera adecuada.

“Siempre ha sido mi hija, porque mi prima a pesar de que sí nos vemos, nos queríamos como hermanas. Este ella estaba muy emproblemada también, por eso me mandó al niño de ella, para ella poder solucionar su sinfín de cosas allá” (mujer 9).

El apoyo práctico consistió en el cuidado de los hijos, especialmente en madres solteras o con parejas o esposos que trabajan, debido a que les permite estudiar o trabajar.

“Sí, entonces mi hermana, la otra me cuidaba a su hijo, cuidaba a mi niña para yo salir a trabajar. Entonces ella me animaba mucho” (mujer 5).

“Ya después, cuando yo comencé a trabajar en lo que era, pues el mío mío mío era de que yo poder comenzar a trabajar. ¿Y el horario? ¿y el niño quién me lo busca, quién es quién, lo otro? Entonces él me decía, no, pues solo cuando usted tenga el turno de tal, pues voy lo busco yo o cuando yo no pueda, pues mi mamá también lo puede buscar” (mujer 8).

Por último, el apoyo para la integración ha sido fundamental para las mujeres, con espacios como talleres que facilitan la integración social y comunitaria, con herramientas de empoderamiento femenino, liderazgo y temáticas de violencias basadas en género.

Otras mujeres expresaron que, a pesar de tener redes de apoyo, se sienten solas por la falta de una red familiar presente. Esto lleva a sentimientos de soledad y aislamiento. Asimismo, algunas se sienten limitadas en el apoyo recibido o con ausencia en el apoyo de los demás:

“Difícil. Difícil porque por lo menos ahorita ya yo estoy en los 10 meses esperando al bebé. Y mi hijo está recién operado el pequeño y el grande, pues es el único que está estudiando

y yo tengo que dividirme todas esas tardes yo sola. No es porque uno quiere, sino porque ya la familia de uno no está” (mujer 13).

“Y yo quería colaborar en la casa, yo quería colaborar porque entonces me sentía incómoda que mi hermana tuviera inconvenientes con su esposo por darme un plato de comida porque eso pega”. (mujer 5).

“No, no, porque él llegó aquí. Él agarró su camino y yo el mío por tanto problema que tuvimos, ya decidimos que cada quien”. (mujer 12).

v. Violencia y discriminación

Las mujeres expresan que su experiencia migratoria está atravesada por diferentes situaciones de violencia, discriminación y xenofobia. Algunas, sin embargo, expresan no haberla sufrido o que fue más intensa al principio, pero luego disminuyó.

“Al principio, porque por el trato de las personas, o sea el trato hacia uno eran como discriminatorio, al principio sí había como discriminación, pero ya ahorita no, no tanto como al principio” (mujer 3).

Algunas formas de discriminación han sido verbal, social, institucional o estereotipos de género. En cuando a la forma verbal, esta incluye la expresión de palabras despectivas, comentarios negativos sobre los venezolanos, incluso en presencia de ellas, trato hostil por ser venezolana o señalamientos por tener muchos hijos:

“Decir bueno, vemos que todo como discriminación, como que me dicen a cada rato me dicen una palabra que yo detesto totalmente, yo detecto esa palabra, me me indigna, es la palabra veneca, a lo mejor no quiebran hueso no te rompen, pero sí” (mujer 5).

En la forma institucional, se han presentado barreras en el acceso a servicios básicos de educación o vivienda debido a los prejuicios sobre su nacionalidad, como obstáculos para inscribir

a los hijos en el colegio con trato displicente por parte del personal administrativo. En el caso de la vivienda, han sufrido el rechazo “*si es venezolano, no*”, exigencia de requisitos adicional o no habituales, conflictos con vecinos por sus hijos, etc. En cuanto a estereotipos de género, se tiene la concepción de que “*roban maridos*”, se visten como promiscuas, entre otros estereotipos específicos debido a su nacionalidad.

“Pues en el sentido cuando les me pasó un suceso ahí en el colegio, buscando el cupo al niño, cuando eso estaba recién llegado, yo fui, o sea cuando eso estaba la muchacha, la secretaria, no sé, no sé cómo, cómo que tenía idea los venezolanos, porque, o sea, me trató muy mal. Eso siempre me decía que nunca había cupo, que nunca había cupos” (mujer 3).

“Así como por lo menos uno va arrendar, dice si es venezolano, no. Si es colombiano, si. ¿O que diferencia hay? Ya le piden a uno carta de referencia y cosas así.” (mujer 13)

“Duro porque sabes que ahora, entre comillas, la venezolana viene a quitar marido. Viene, no sé qué somos putas somos más. Sí me lo han dicho hombres y no papito es porque lo que tengo me lo gano y me lo sudo honradamente”. (mujer 11).

“Dijo que no fuéramos a decir en ningún momento que veníamos de Venezuela de la fría porque la gente nos podía apedrear, que no sé qué. Y, sí, había muchos celos, ¿mucha cosa cuando llegamos ahí en el barrio que de dónde viene usted? Y eso y nosotros como que decimos Venezuela no, no nos daba miedo porque ya habían corrido a varios” (mujer 10).

Estos hechos de discriminación generan una afectación en la autoestima, indignación, miedo o temor y en general malestar por ser señalada de manera constante. De hecho, a algunas mujeres las lleva a ocultar su nacionalidad o querer camuflarse para no ser rechazadas por la sociedad.

“Sí discriminación, sí. Discriminación sí me ha afectado muchas veces en o sea, en el autoestima de uno que uno se siente como deprimido porque uno o sea no es culpa de uno que uno es migrante, sino por la situación. O sea, a veces la gente no entiende eso”. (mujer 3).

“Es más, yo me camuflé muy bien, nunca nadie. O sea, la gente sabe que soy venezolana porque yo lo digo, pero al momento de hablar y eso no”. (mujer 9).

Categorías inductivas:

i. Experiencia económica y laboral

Las mujeres en su experiencia migratoria deben enfrentarse a diversas dificultades económicas y laborales matizadas por la precariedad, la inestabilidad y las dificultades. Esta lucha por la supervivencia económica resulta ser central e impacta de manera importante el bienestar emocional, los roles familiares y las decisiones de vida.

De manera generalizada las mujeres expresan dificultades para encontrar un empleo estable y digno, caracterizado por baja remuneración económica o la pérdida abrupta del empleo *“me echaron como un perro”* (mujer 12) o *“la señora se fue para España, quedé sin trabajo”* (mujer 11). Por ello, las mujeres se ven en la necesidad de recurrir a emprendimientos informales, a la venta ambulante de alimentos como café, jugo de naranja, comida rápida, pasteles, manualidades, gelatinas o minutos de celular. Estas actividades las comienzan desde cero con pocos recursos y rendimientos iniciales muy bajos *“2000 pesos, a veces hasta 4000”* (mujer 5), lo que se acompaña de un esfuerzo físico importante *“cargaba cuatro termos aquí en la espalda”* (mujer 5).

Esto lleva a las mujeres a una preocupación por su situación de vida, ansiedad por no poder pagar las cuentas o no tener para lo básico. Genera frustración, llanto, sensación de estar *“amarrada”* (mujer 12) o el deseo de regresar a Venezuela:

“También la situación que está pasando ahorita. A veces dan ganas de de devolverse para su país, porque para estar uno aquí en la misma. Porque está difícil el trabajo, ya no se consigue trabajo así fácilmente. Los servicios que hay que pagar el alquiler todo entonces uno se pone a pensar, o sea, tengo mi casa en Venezuela y estoy pasando trabajo aquí pagando, buscando una cosa. La comida, los servicios, entonces prefiere uno devolverse para su país porque tiene allá tiene uno la casa de uno y todo pasa menos trabajo” (mujer 3).

Además, se experimenta incomodidad al depender de otros, vergüenza o dificultades para pedir ayuda, en algunos casos con la lucha contra situaciones de humillación, como acoso al vender en la calle o discriminación al pedir dinero.

“Entonces me acuerdo yo que se nos acabamos esa parte de Santander porque como que había muchas mujeres venezolanas que estaban trabajando de aquello sí y entonces se lo acercaban y yo era tan inocente. Ay, ¿cuánto...?, ¿cuánto me cobra usted que tú estás muy bonita?, que cuánto me cobra, ¿qué, disculpe? No señor, ¿qué le pasa? yo no me vendo. Yo no vine a hacer nada de eso. Le agradezco que se aleje de mí (mujer 5)”.

Además, esto se cruza con el cuidado de sus hijos y los roles de género, pues cuidar a los menores es un factor importante en las opciones laborales que tienen disponibles, llevando a limitarlas o a dejar su trabajo por no tener quién cuide a los hijos. Otras optan por opciones desde la casa o llevarse a los hijos al trabajo, pues su motivación es la necesidad de *“colaborar en la casa”* o en algunos casos ser madre cabeza de hogar *“si no trabajo, mi hijo no come” (mujer 11):*

“Sí, porque no tenía que me la cuidara, ya yo me la llevaba, ya pasaba cosas en la calle con ella, pero trabajando, pero siempre al ladito mío” (mujer 5).

A pesar de eso, las mujeres muestran gran resiliencia y capacidad para adaptarse, apoyándose de las redes familiares, de su pareja o amistades. Aunque menos frecuentes, algunas

mujeres han logrado casos de superación y éxito profesional, como la validación de estudios, poder trabajar en su profesión, hacer posgrado y sentirse realizada:

“He podido trabajar en lo que me gradué, pude convalidar mis papeles. Me he podido desarrollar profesionalmente un sueño frustrado que tenía yo allá. Era no poder haber hecho un posgrado, lo hice aquí, entonces me siento totalmente agradecida”. (mujer 9).

ii. Experiencias con la atención en salud

En general, las mujeres expresan experiencias negativas y problemáticas con el sistema de atención en salud, particularmente en el servicio de urgencias, debido a la comunicación con el médico. Las mujeres expresan que en su lugar de residencia anterior la atención era *“rápida, accesible, todo muy inmediato”*, en comparación con la actual que es compleja, lejana y es un *“proceso largo”* (mujer 10). Igualmente, señalan que en el servicio de urgencias la atención es inadecuada, en casos graves como intoxicación o fiebre alta. Esto lo mencionan en el marco de un sistema que consideran burocrático pues incluso en ocasiones han debido buscar alternativas particulares para la atención en salud.

Señalan la falta de atención y profesionalismo, criticando que los profesionales de salud están distraídos en sus teléfonos durante las consultas médicas, minimizan los síntomas graves y hay diversas dificultades en la comunicación con los médicos. Además, esto va de la mano con la sensación de miedo y estigma por parte del personal de salud, afectando la atención, y el trato a las pacientes o sus familias.

Esto lleva a experiencias emocionales negativas, como frustración o desconfianza *“no me gusta aquí”*, *“no me parece lógico”*, *“no quiero volver a una EPS de esas”* *“yo no quiero volver a donde un médico aquí”* (mujer 10). Además, la falta de información sobre el estado de salud de

sus familiares lleva a una reacción de *“decaer silenciosamente”* (mujer 6), mostrando ese impacto emocional a la hora de sentirse impotentes o desinformadas en sus procesos médicos. De esta manera, las mujeres han tenido que *“pagar un médico particular”* (mujer 10), buscar opciones de atención en la casa o cubrir los gastos de la atención con sus recursos económicos.

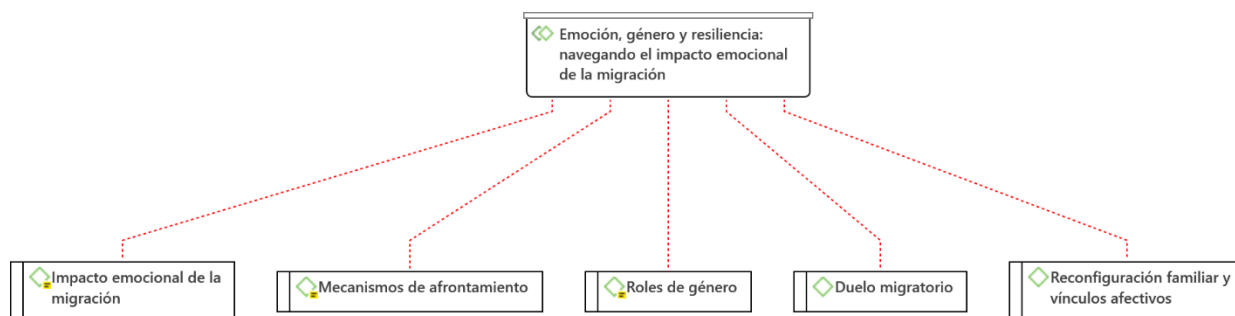
Una de las mujeres expresó que, al tener documentación y cédula colombiana, pudo acceder sin problema a la EPS en su atención prenatal, incluyendo citas y exámenes, mostrando cómo el estatus migratorio y la documentación son un factor relevante para la atención médica:

“La gran ventaja es que como yo tenía mi cédula de colombiana, pues a mí me atendieron en lo que fueron la EPS. Yo no tuve ningún problema en pedir cita, no tuve ningún problema. Era enseguida” (mujer 8).

D) Emoción, género y resiliencia: navegando el impacto emocional de la migración.

En la dimensión “Emoción, género y resiliencia: navegando el impacto emocional de la migración” se partió de categorías deductivas o a priori, que fueron i. Impacto emocional de la migración, ii. Mecanismos de afrontamiento y iii. Roles de género. Además, con el análisis de los datos, se lograron identificar 2 categorías inductivas o a posteriori, que fueron: i. Duelo migratorio y ii. Reconfiguración familiar y vínculos afectivos. En la figura 2 se pueden observar la dimensión y las subcategorías deductivas e inductivas.

Figura 3. *Emoción, género y resiliencia: navegando el impacto emocional de la migración.*



A continuación, se presentan los resultados de las categorías deductivas, seguidas de las inductivas:

Categorías deductivas:

i. Impacto emocional de la migración

La experiencia migratoria de mujeres venezolanas está marcada por un importante impacto emocional, que va desde la tristeza, nostalgia, miedo, incertidumbre, ansiedad, estrés, soledad, aislamiento, depresión, desánimo, impotencia y llanto frecuente. Algunos de los factores desencadenantes incluyen la separación familiar, pues la ausencia de la familia es una fuente constante de tristeza, las dificultades económicas, dado que la falta de trabajo y la precariedad generan miedo, ansiedad o estrés. Asimismo, la falta de vivienda estable, la necesidad de empezar de cero genera incertidumbre. Igualmente, la falta de redes de apoyo y el choque cultural o la sensación de no pertenecer.

“Bueno, porque inclusive me llegó a faltar oxígeno del cerebro. Me llegó a afectar mucho. Porque fue fuerte. La prueba fue fuerte”. (mujer 2)

“Muy fuerte, yo no cuento con nadie de acá” (llanto). (mujer 13)

“Es que por eso digo, la estabilidad laboral es algo que si uno no trabaja me entra la ansiedad, sufro de mucha ansiedad. No me gusta quedarme quieta, hago las cosas en la carrera y claro, me gusta estar en movimiento”. (mujer 11).

“Me tocó rudo, yo me senté en el terminal a llorar. ¿Yo dije quién me manda venirme? ¿quién me manda señor? yo debí hacerle caso a mi mamá”. (mujer 7).

ii. Mecanismos de afrontamiento

Las mujeres migrantes despliegan una serie de mecanismos de afrontamiento para manejar las emociones difíciles y mantener el bienestar emocional, como, por ejemplo, la religión y espiritualidad, siendo el mecanismo más mencionado por parte de las participantes. Ellas mencionaron que asisten a la iglesia ya que constituye una fuente de apoyo y de rutina espiritual, leen la biblia y la palabra, practican la oración y fortalecen la relación con Dios y Jesucristo. De esto se motivan a practicar el perdón y la gratitud en sus vidas.

“La Biblia me voy a la Biblia y ya me o sea me llena de la fuerza, la palabra llena de mucha fuerza. ¿Porque cuando uno se mete en lo que es la idea es como que Dios no sé, es algo que todo le cambia a uno sabes? es muy bonito” (mujer 2).

“Yo oraba mucho a Dios, oraba mucho a Dios, señor, dale, ayúdame”. (mujer 5).

“Ya conociendo a Jesucristo, como le digo. Es tremendo porque mi mamá muere, ella era cristiana y todos los días me decía eso ‘me voy a ir de esta tierra y no te has reconciliado con el señor’ (mujer 7).

El enfocarse en los hijos también es un mecanismo de afrontamiento, pues es su principal fuerza y motivación de seguir adelante y continuar luchando. Ellas se aferran a sus hijos, y ponen sus necesidades por encima de las propias.

“Mucho, no muchas veces muchas veces hay veces que ya como que usted no tiene ánimo como que dice no, ya todo es fallido ya no, pero yo tengo que seguir adelante porque tengo mis hijos, sí, me entiende y esa es mi meta que tengo que salir con ellos adelante, independientemente que si estás solo o acompañada tengo que luchar por ellos” (mujer 12).

Para afrontar la migración, las mujeres también se mantienen distraídas u ocupadas con otro tipo de actividades, como lo son las domésticas, lavar o hacer aseo, participar en deportes, entre otros como usar el teléfono, salir y hablar con otras personas.

“Bueno ahorita en esta situación como estoy este, he pasado la semana lavando sin sin alquilar lavadora para distraerme. Agarro cositas así, me pongo a hacer aseo, me pongo a a ocuparme para no estar pensando” (mujer 1).

“Distraigo bajo el teléfono, voy cuando mi hermana salgo, hablo, me distraigo por caer en depre, no, yo siempre soy una mujer que yo le expliqué, eso no es cierto. Con llorar no se resuelven las cosas, con encerrarse en la casa, no se resuelven los problemas, hay que enfrentar los problemas con la cara”. (mujer 11).

En cuanto a estrategias de afrontamiento cognitivas, algunas mujeres evitan pensar o sobre pensar las cosas para no sentir angustia o dolor. Otras minimizan lo negativo *“voltar la página y seguir”*, interpretan los sucesos de manera divina o mágica, como ver la ayuda como un ángel enviado por Dios.

Mientras tanto, algunas mujeres se mostraron resilientes y con autoeficacia adecuada para superar los eventos difíciles de la experiencia migratoria, como recordar éxito el pasado para creer en su capacidad de superar los problemas *“si yo pude con eso podré con mucho”*, una actitud determinada a no dejarse derrotar fácilmente y la tendencia a enfrentar los problemas, lo que va de la mano con lograr metas laborales y educativas y seguir adelante a pesar de las dificultades.

iii. Roles de género

La migración puede llegar a afectar de manera importante los roles de género, con mayores responsabilidades para las mujeres, alterando dinámicas de pareja y trabajo, cambiando su identidad y prioridades de vida. Los roles de madre y mujer proveedora o cuidadora se ven afectados y a menudo se fusionan con dificultades de la supervivencia en medio del proceso migratorio.

En primer lugar, se transforma el rol de madre como principal motor y responsable de los hijos y del hogar, dado que una de las principales motivaciones de la migración es proveer a los hijos mejores condiciones: *“estábamos pasando muchas necesidades, más que todo para comer”* (mujer 5) y *“mi prioridad ahorita son mis hijos, que ellos coman”* (mujer 6). Además, la falta de redes de apoyo hace que el cuidado de los hijos caiga sobre la madre: *“tengo que dividirme todas esas tardes yo sola. No es porque uno quiere, sino porque ya la familia de uno no está”* (mujer 13). Esto lleva a dificultades para encontrar un equilibrio entre el trabajo y el cuidado de los hijos, *“vendo gaseosas, así dulces ahí mismo en la casa para poder estar pendiente de los niños”* (mujer 13) o *“me pongo a trabajar, entonces se quedan solas”* (mujer 1).

En situaciones extremas como lo es el proceso migratorio las mujeres también deben cuidar de sus hijos o en situaciones de precariedad laboral, como llevar a los niños pequeños caminando para atravesar la frontera, llevar a la hija en canguro a vender café o trabajar y estudiar al tiempo con el niño pequeño. Incluso, algunas asumen el cuidado de otros niños de la familia, como los hijos de otras mujeres, de la hermana o cuidado de la nieta.

“Eso fue una experiencia muy horrible y verlos a ellos que caminaron como una gente adulta. Imagínate Yoli tiene como 3 años, 4 años, 4 años. Alex tenía 5 años y mi otro nieto estaba

un poquitico más grande. Y verlos caminar y caminar y caminar y a veces yo quería sentarme y llorar, pero imagínate, los traía ellos” (mujer 7).

“El niño tenía cuatro meses cuando me metí a estudiar en el centro tecnológico de Cúcuta. Atención a la primera infancia. A él está de los 6 meses, mentira, los 5 meses me metí a estudiar, a los 6 meses lo metí en guardería jardín, él estaba a los 6 meses en jardín. Eso yo estudiaba en la mañana, lo recogía en la tarde. En la tarde trabajaba porque vendía gelatinas y obleas en el en el jardín y ahí era con mi cochecito y dele dele con mi hijo y dele para con mi hijo” (mujer 8).

En segundo lugar, el rol de mujer también se transforma en el sentido de pérdida de identidad o autocuidado, pues la precariedad laboral y las responsabilidades llevan a cambios en la autoimagen:

“Como migrante ya en todo en todo como mujer. Usted sabe que ya uno, por ejemplo, yo era una que me la pasaba ya bien arreglada, que mis cejas, que mi pelo que bien vestida que uno y acá le tocó a uno con lo que tenga. Y sabe que si usted no tiene un buen champú bañese con el que haya porque no hay más. Entonces uno como mujer, como que lo acompleja un poco, uno se ve. Yo soy una que veo las fotos y la madre como vivía antes, entonces es duro” (mujer 12).

Además, debido a la ausencia de la pareja o a las dificultades laborales, las mujeres se convierten en las únicas responsables a nivel económico:

“Tengo 5 hijos que he criado, 5 hijos prácticamente sola porque mi pareja pues ni por la casa se acerca” (mujer 6).

En tercer lugar, se transforma el rol de esposa o pareja, pues muchas mujeres mencionaron estar solas debido a separación con la pareja, durante la migración o por la dinámica en Colombia. En otros casos porque la experiencia migratoria llevó a reevaluar la pareja actual, buscar apoyo y no una carga adicional que reste.

“A mí me llegó trabajando en un gimnasio que trabajé, era administradora y llega. Yo le hablé a clara papito, yo de amor no vivo, tengo 41 años, tengo un hijo menor de edad, pago a rena y es no es que yo sea interesada, es que yo necesito, si quiere si, si le gusta bien y si no, pues como dice mi mamá mijo, te busco un hombre para que le sume, no es para que le reste me quedo sola y he estado sola” (mujer 11).

Categorías inductivas:

i. Duelo migratorio

Como parte de las afectaciones psicológicas y sociales de la experiencia migratoria, el duelo es un proceso asociado a las pérdidas que conlleva dejar Venezuela. En general, este duelo se experimenta debido a la pérdida del núcleo familiar y la red de apoyo, pues las mujeres expresaron la ambivalencia típica del duelo, es decir, tristeza por la familia ausente y alegría por la familia presente. Además, algunas mujeres indicaron que tuvieron que enfrentar diversas responsabilidades y situaciones difíciles en soledad, por la ausencia de la familia *“la familia de uno no está y le toca a uno solo”*. Esto se acompaña de dolor por la separación, anhelo por reencontrarse con los familiares *“mamita te extraño”*.

La pérdida, sin embargo, no es solo de personas, sino también del entorno, de las costumbres y en general de la identidad ligada al lugar de origen. La mujer 11 señaló: *“la casa, las costumbres, la familia”, pues las costumbres “no son las mismas”* e impiden sentirse como *“en casa”*. Esto lleva al deseo de regresar a Venezuela *“vámonos”* como una expresión directa de este duelo. Esto se acompaña de un profundo amor por su país y nostalgia por las tradiciones *“mis reuniones en diciembre”* (mujer 11), haciendo comparaciones entre su país y el nuevo lugar *“aquí no ha sido y no es fácil”*, provocando sentimientos de *“impotencia”* y *“miedo”* ante lo que

consideran “diferente” pues se siente una ruptura con la vida anterior “yo había puesto la vida en Venezuela” (mujer 10).

No obstante, el duelo no solo afecta a las mujeres migrantes, sino también a sus hijos, dejando en evidencia que ellos perciben la ansiedad materna y que el proceso de duelo es compartido y se retroalimenta al interior de la dinámica familiar:

“A veces me entra como en la depre con ganas de irme, mi hijo no se amaña me dice mamá vámonos. Las costumbres así estemos en frontera, pero no son las mismas. Entonces mi hijo me dice, mamá, vámonos y a veces se quiere ir yo a veces me quiero ir, la nostalgia pega extraño la casa, la costumbre” (mujer 11).

ii. Reconfiguración familiar y vínculos afectivos

Debido a las experiencias migratorias, las mujeres venezolanas expresan que las estructuras familiares y los lazos emocionales pueden sufrir profundos cambios y transformaciones. En primer lugar, la economía y el aspecto laboral influye en las expectativas de pareja o de relaciones afectivas “yo de amor no vivo” o “no estoy para mantener más” (mujer 11). Es decir, se prefiere la soledad en lugar de una relación que no cumple con las expectativas o deseos ni está a la altura de la situación migratoria experimentada.

No obstante, cuando el apoyo existe por parte de la pareja este resulta vital para las mujeres migrantes, por ejemplo, cuando la relación es positiva, familiar y de gestión de vínculos afectivos positiva, esta ayuda para el cuidado de los hijos.

“Pero no sé ahí como esa oportunidad de salir de la casa donde mi mamá y vivir con una persona, pues la verdad súper bien me ha ido súper bien. Vamos para 4 años, pues súper bien, muy bonita la relación, no puedo hacer nada, siempre la ayuda es mutua. Este lo todo va por

mitad, no discutimos. Si le soy sincera, tenemos 4 años, 3 años y medio. Y este nada y él cuando me comenzó a ayudar porque él salía a las 12 y el niño salió a las 12, entonces me decía, no, yo voy y lo busco, entonces él lo buscaba y me lo traía también fue un apoyo en estos momentos. (mujer 8).

La mayoría de las mujeres, narran que las redes de apoyo previas de familiares y amigos se ven fragmentadas. Incluso dentro de una unidad familiar en Colombia, puede que haya ayuda mutua, pero persisten sentimientos de aislamiento social.

“Este ella estaba muy emproblemada también, por eso me mandó al niño de ella, para ella poder solucionar su sinfín de cosas allá. Entonces ella no pudo ser apoyo para mi” (mujer 9).

“Está mi esposo y los niños, pero mi esposo se va para el trabajo, entonces yo me quedo sola. Yo hago sino llorar, llorar. Es lo único porque yo no tengo a nadie o sea llorar, se la comunico a mi pareja, pero igual no todo porque es como cargarlo más a él” (mujer 13).

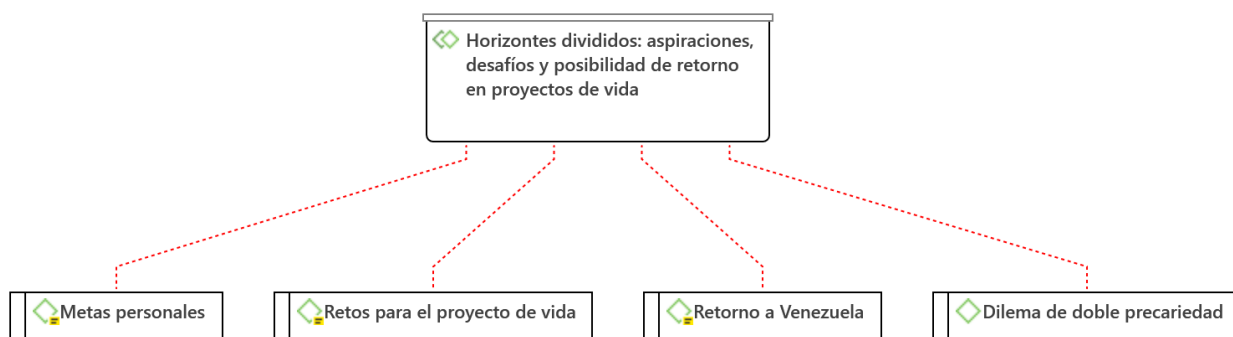
Pese a estas dificultades, se puede evidenciar la creación de nuevas estructuras o dinámicas familiares, mostrando la capacidad de adaptación y búsqueda de soluciones, como trabajar, cuidar niños de otras personas, o establecer dinámicas de apoyo con otras mujeres:

“Exactamente, me ayudas a cuidar a Valentina mientras yo arreglo la situación y pues a mí sí se me hizo muy fácil. Yo dejé tirado trabajo allá y me vine entonces esa parte, pues la tenía tranquila. Pero tranquila entre comillas. Porque era una experiencia diferente, aunque no eran niños pequeños, mis hijos adolescentes y ya ya la chica en edad adulta, pero igual este era preocupante y pues la situación aquí de llevar el duelo del acompañamiento con la niña, después mi prima me trajo al su hijo. Ella siguió en Bogotá, yo ya me quedé con los dos aquí”. (mujer 9).

III) Horizontes divididos: aspiraciones, desafíos y posibilidad de retorno en proyectos de vida.

En la dimensión “Horizontes divididos: aspiraciones, desafíos y posibilidad de retorno en proyectos de vida” se partió de categorías deductivas o a priori, que fueron i. Metas personales, ii. Retos para el proyecto de vida y iii. Retorno a Venezuela. Además, con el análisis de los datos, se logró identificar 1 categoría inductiva o a posteriori, que fue: i. Dilema de doble precariedad. En la figura 3 se pueden observar la dimensión y las subcategorías deductivas e inductivas.

Figura 3. Horizontes divididos: aspiraciones, desafíos y posibilidad de retorno en proyectos de vida.



A continuación, se presentan los resultados de las categorías deductivas, seguidas de las inductivas:

Categorías deductivas:

i. Metas personales

Las mujeres refirieron diferentes metas y aspiraciones que van desde la estabilidad económica y laboral, seguridad en la vivienda, bienestar familiar y desarrollo personal o profesional. Las metas a corto plazo tienen que ver con la estabilidad laboral inmediata “*conseguir un trabajo*” como una meta de carácter prioritario e inmediato, mostrando esa necesidad de

estabilidad en los ingresos. Otras metas a corto plazo son el desarrollo de habilidades prácticas y conocimientos, como cursos o mejoría en el aprendizaje de idiomas.

“Metas como tales, el inglés es una primordial. Porque ya me hace mucho énfasis en eso. Y no sé por qué, pero me ha costado mucho y pero no, esa es una meta que tengo que alcanzar a corto plazo, pero lo que yo quiero en realidad es poder estar con ellos. Ya mi hijo se va este año también y pues ya siento que la vida nos está enrumbando a dar otro salto”. (mujer 9).

“Ahorita estoy, voy a empezar, empecé la semana pasada a hacer un curso de panadería pastelería. Yo quiero sacar mi bachillerato porque quiero ser profesora, maestra o algo de administración porque me encanta la Administración de Empresas y todas esas cosas” (mujer 6).

A mediano plazo, las mujeres se ven con la meta de construir o adquirir una vivienda *“hacer la casa aquí”* (mujer 10) y mejorar su futuro (mujer 12), para tener otro modo de vida y mejores oportunidades. Esto va de la mano con la intención de consolidarse en Colombia, pues si bien se esperaba inicialmente una estancia de 2-3 años, la situación del país de origen ha hecho reconsiderar las metas y pensar a largo plazo en Colombia.

“Plazo a mediano plazo yo diría que pensaba, pensaba por lo menos estar 1, 2 o 3 años acá, ¿verdad? Esperar ver la situación allá en el país y ya no ya ya como se ve la situación que está en el país pues sí sería a largo plazo” (mujer 1).

A largo plazo y como parte de las aspiraciones futuras las mujeres señalaron deseo de tener un su propio negocio (mujer 2, mujer 7, mujer 12 y mujer 6). Esto como una forma de *“no trabajarle a nadie”* (mujer 7). Además, algunas tienen aspiraciones profesionales como la educación infantil (mujer 1) o la administración de empresas (mujer 6).

Más allá de lo material, las mujeres expresaron metas personales relacionadas con la familia, como, por ejemplo, que los hijos tengan un buen futuro, que consigan empleo, que logren metas espirituales o que puedan retribuir a las personas que las apoyaron inicialmente:

“Que mi hija consiga un buen trabajo” (mujer 11).

“Y poderle darle a mi mamá lo que ella me dio a mi mucho” (mujer 8).

“Pues yo quisiera que mi familia toda completa, como le estoy diciendo, que sigamos a Jehová de corazón, que lo sigamos, eso es, mi sueño” (mujer 2).

“Pues a mediano plazo como tal, lo que quiero conmigo misma. Es como dice cambiar ese modo de vida que uno tiene que vivir como diferente y darles mejor futuro a mis hijos, cosa que se van dando de poco a poco y ahí los voy llevando” (mujer 12).

ii. Retos para el proyecto de vida

Para el proyecto de vida, las mujeres revelaron diferentes obstáculos que son significativos y que afectan el alcanzar las metas y desarrollar proyectos personales. Algunos de los obstáculos son la responsabilidad de cuidado y familiares, pues los horarios escolares no son compatibles con la organización personal y laboral de las mujeres; asimismo, la necesidad de estar supervisando y cuidando a los hijos dificulta el trabajo o el dedicarse a otras actividades pues los niños no pueden quedarse solos. Para las madres solteras, esta dificultad es aún más compleja pues tienen que enfrentar dificultades económicas y la responsabilidad de los hijos sin ningún apoyo adicional.

Otra barrera importante es la precariedad económica y laboral, pues las mujeres narraron que no encuentran trabajos estables que les den estabilidad económica, sino, por el contrario, dificultades que terminan en sentimientos de inutilidad o falta de propósito en la vida. En general, la economía es percibida por las mujeres como una barrera importante, la falta de ingresos que

sean consistentes con sus necesidades o con el trabajo que desempeñan. Igual, la falta de apoyo económico externo por parte del padre de los hijos o de otros miembros de la familia.

Otras barreras señaladas son más burocráticas y de acceso al empleo, pues para conseguir empleo se han enfrentado a requisitos difíciles de cumplir, como la apostilla de documentos para mujeres migrantes, la discriminación por edad en el mercado laboral y circunstancias pasadas que impidieron realizar trámites de tipo educativo como obtener título a pesar de haber cumplido con el plan de estudios.

Por último, factores personales y emocionales como la inseguridad y el miedo también fueron mencionados por las mujeres como barreras para lograr sus metas personales o su proyecto de vida, llevando a dificultades para tomar decisiones y actuar.

iii. Retorno a Venezuela

Para regresar o retornar a Venezuela, las mujeres perciben diferentes barreras o dificultades a nivel personal, económico y social, tanto en el país de origen como en Colombia. La mayoría de las mujeres indicaron que su regreso estaría condicionado, es decir, solo regresarían si la situación en Venezuela mejora de manera significativa *“cuando se arregle Venezuela”*. Otros factores de retorno tienen que ver con la familia y los lazos afectivos, el tener vivienda propia, la percepción de estabilidad u oportunidades laborales y el sentido de pertenencia.

“Pero ese querer regresar todos los días le digo a mi esposo que quiero ir para mi casa. Pero me quiero ir para mi casa, yo tengo casa. Tengo mi casa, una hija preciosa, ya que me espera todos los días” (mujer 7).

“Teniendo una casa propia ya ya sería diferente porque tenemos allá en la casa de mi mamá. Es grande, sí, claro. Tiene bastante terreno” (mujer 1).

“Mmm, la economía como está aquí de que uno no tiene nada estable de que uno no tiene nada que me tiene aquí. En cambio ya saber que allá voy a ser más diferente, voy a tener un trabajo” (mujer 12).

“No me veo haciendo vida fuera de otro y primero tampoco lo he intentado, como dice mi mamá, aquí no me veo yo, lejos de mi familia, soy muy, muy hogareña, somos muy unidos en diciembre, estar juntos irnos para la playa y ahorita en Semana Santa ya estuvieron en la playa todo porque gracias a todos mis hermanos tienen carro mi esposo y mi hermana”. (mujer 11).

Sin embargo, hay una serie de factores que impiden o que afectan el retorno, como la situación crítica en Venezuela, el bienestar de sus hijos, la educación, alimentación y salud de los niños es una prioridad, la falta de red de apoyo sólida en Venezuela y el inicio de nuevos proyectos en Colombia.

“No, porque primero está la clase de los niños, está por ejemplo, la la salud. Qué fuerte porque allá no esperaban el alimento, la alimentación de los niños”. (mujer 2).

“Ahorita está la situación es un poquito más dura que antes. Porque cuando fui no se ve mucho. Lo que es el trabajo. Se ve muy poco”. (mujer 1).

“Ahorita ya estamos haciendo una casita aquí, entonces debido a eso, pues no nos vamos a ver todavía no. O sea, digamos, si cambia la situación y vemos que podemos nos regresamos en ese sentido”. (mujer 10).

En general, algunas mujeres ven el volver a Venezuela como una opción si las cosas no funcionan en Colombia (mujer 12), mientras que hay otras mujeres que ven Venezuela como un lugar hermoso que visitar, pero no para regresar o establecerse de nuevo (mujer 8). Por último, hay quienes muestran una tensión entre un deseo de volver por la familia o el hogar y la evaluación de las dificultades que eso trae especialmente en el ámbito laboral (mujer 7 y mujer 11).

Categorías inductivas:

i. Dilema de doble precariedad.

Las mujeres migrantes enfrentan una doble precariedad, pues señalaron que ni en Colombia o Venezuela han encontrado condiciones de vida que les brinden estabilidad, seguridad o bienestar, por lo que ambas realidades son difíciles y con opciones limitadas.

En Colombia, las mujeres señalan que se enfrentan a inestabilidad, dificultades económicas, discriminación, barreras de integración social y temor al deterioro de Colombia como espejo de Venezuela. Es decir, mencionan que en Colombia no tienen estabilidad, aunque hay más facilidad para conseguir empleo con respecto a Venezuela o acceder a servicios básicos. Otras dicen que el “ego” de los colombianos y la percepción negativa que tienen sobre los venezolanos dificulta la integración y el cambio. Por último, algunas mujeres señalan angustia porque perciben que Colombia sigue un camino similar al de Venezuela:

“Pensado en ver cómo está la situación cada día Colombia se me asemeja más a Venezuela, me siento viviendo un deja vu y de verdad que me da infinita tristeza porque siento que todavía están aquí a tiempo para salvarse de ese fin tan catastrófico”. (mujer 9).

En Venezuela, otras mujeres expresan que es más difícil conseguir trabajo, no perciben seguridad básica o supervivencia económica, indicando que en Venezuela tendrían “casita propia” sin pagar arriendo ni servicios pero eso dificultaría la seguridad alimentaria de sus hijos “*lo que tendría que defenderme es para la comida de mis hijos*” (mujer 12). Incluso, algunas de ellas expresan que si bien volver a la casa de sus familiares en Venezuela es una opción, aclaran que “*no es como uno tener lo que es propio*” y “*todos juntos tampoco es lo mío*”, evidenciando que volver a su país de origen también resulta una opción no deseada por la falta de espacio personal.

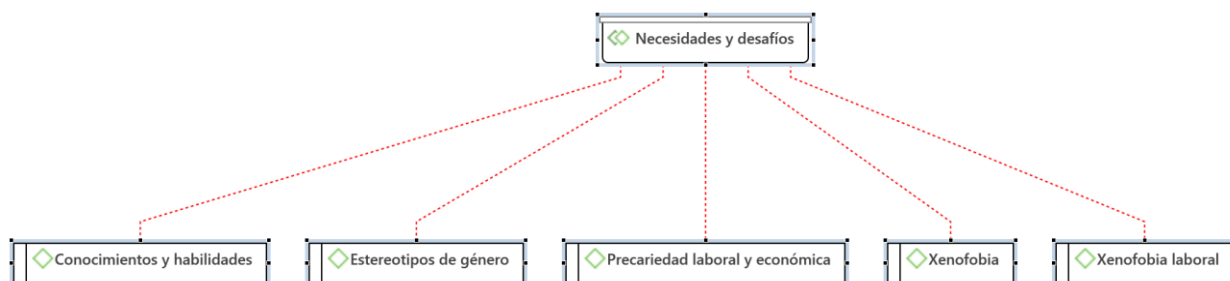
Por eso, se presenta este dilema en la toma de decisiones, llevando a las mujeres a evaluar constantemente cuál es la opción “*menos mala*” (mujer 1). Otras consideran Venezuela como un plan B si la situación no mejora en Colombia. Sin embargo, para otras mujeres, a pesar de estas dificultades, indican que perciben alguna oportunidad para trabajar y luchar por sus hijos, manteniéndolas firmes en su migración a Colombia.

“A ver la situación aquí a como usted ya me parecería más fácil allá de que aquí no se acomode, no de resto, pues sí va acá luchando por ellos” (mujer 12).

Grupo focal

Después de hacer análisis del grupo focal, se encontraron las siguientes categorías: I) Necesidades y desafíos, I) Gamificación para el aprendizaje, III) Diseño del programa y IV) Beneficios esperados.

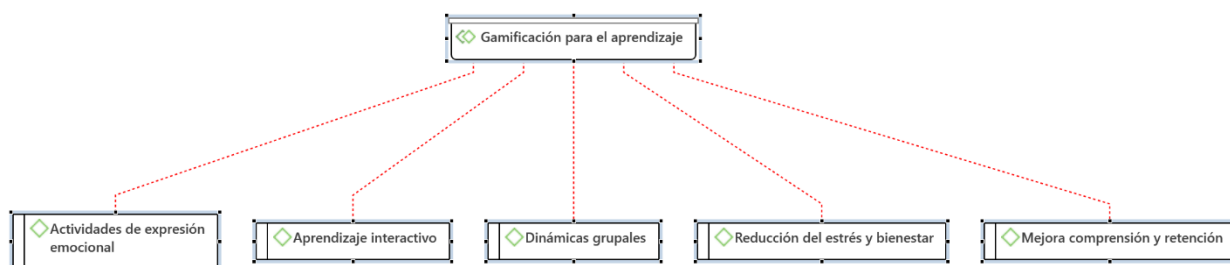
Figura 4. *Necesidades y desafíos*



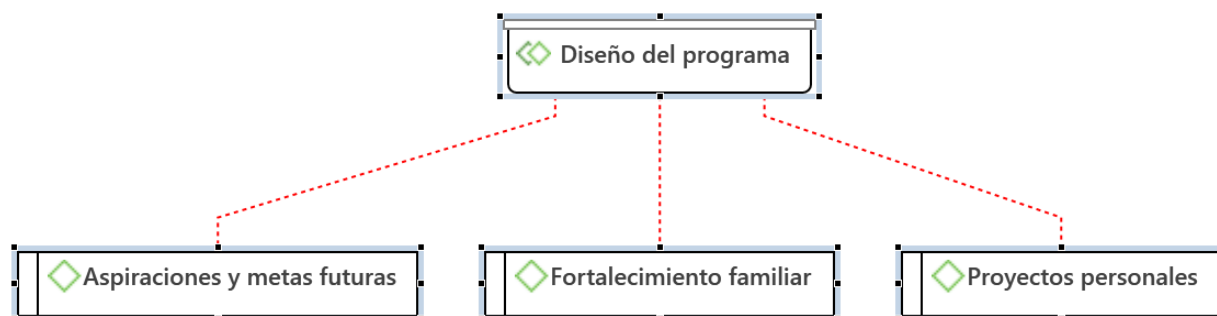
En esta categoría, se encontraron 5 subcategorías, que son i) conocimientos y habilidades, ii) estereotipos de género, iii) precariedad laboral y económica, iv) xenofobia y v) xenofobia laboral. En general, los hallazgos revelaron que las mujeres migrantes enfrentan diversos problemas de xenofobia, estereotipos de género, discriminación social y laboral, con dificultades para conseguir trabajo con una remuneración justa. A pesar de esto, las mujeres indican que al

utilizar sus conocimientos y habilidades podrían acceder a oportunidades mejores para “sacar el talento a flote”.

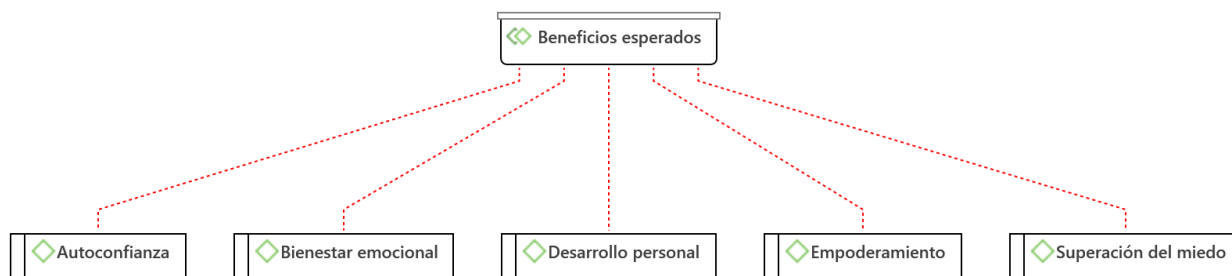
Figura 5. *Gamificación para el aprendizaje.*



En esta categoría, se encontraron 5 subcategorías, que son i) actividades de expresión emocional, ii) aprendizaje interactivo, iii) dinámicas grupales, iv) reducción del estrés y bienestar y v) mejora comprensión y retención. De manera amplia, se puede decir que las opciones de gamificación para el aprendizaje preferidas por las mujeres migrantes para implementar en el proyecto de gestión emocional y proyecto de vida incluyen actividades grupales y de tipo interactivo. Prefieren espacios de expresión emocional y desahogo, que les permite aliviar el estrés diario y compartir experiencias con sus compañeras. Además, indicaron que perciben que el aprendizaje interactivo usando juegos es una opción ideal para ir más allá de las actividades teóricas tradicionales, mejorando la comprensión y retención de la información de manera interesante o atractiva.

Figura 6. Diseño del programa

En esta categoría, se encontraron 3 subcategorías: i) aspiraciones y metas futuras, ii) fortalecimiento familiar y iii) proyectos personales. De esta manera, para el diseño del programa, las mujeres recomendaron que se hicieran actividades centradas en el proyecto de vida, metas futuras, emprendimiento para asegurar el bienestar de los hijos y fortalecimiento familiar. Igual, indicaron que les gustaría que se incluyera apoyo psicológico y herramientas para la crianza de los hijos, para así tener un mejor desarrollo personal y estabilidad en la familia.

Figura 7. Beneficios esperados

En esta categoría, se encontraron 5 subcategorías, es decir: i) autoconfianza, ii) bienestar emocional, iii) desarrollo persona, iv) empoderamiento y v) superación del miedo. En general, las mujeres esperan que con el proyecto de gamificación para el proyecto de vida y la gestión emocional se pueda maximizar su autoconfianza, bienestar emocional, desarrollo personal, empoderamiento y superación del miedo, indicando “sentirme capaz de lo que yo pienso hacer”,

“no tener ese temor” o aprender cosas nuevas “algo diferente que nosotras no sabemos y algo que tenemos que aprender”.

6.2 Diseño colaborativo de un ambiente de aprendizaje gamificado para el fortalecimiento emocional y la construcción del proyecto de vida

Después de hacer los análisis de las entrevistas semiestructuradas y del grupo focal, se diseñó de manera colaborativa un programa de ambiente de aprendizaje gamificado que aborda las necesidades relacionadas con la gestión emocional y el proyecto de vida de mujeres migrantes. Para eso, se diseñaron 3 sesiones, las cuales se presentan a continuación, junto con los nombres de las sesiones, orden del día, actividades propuestas, recursos materiales y estrategias de gamificación utilizadas.

Sesión 1	
Componente	Impacto psicosocial de la migración
Nombre de la sesión	Raíces y alas: reconociendo mi fortaleza
Orden del día	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saludo inicial. 2. Contextualización 3. Inventario de fortalezas 4. El árbol de mis emociones. 5. Estrategias de afrontamiento 6. Cierre y tarea. 7. Evaluación de los aprendizajes.
Actividades del día	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saludo inicial - presentación y bienvenida: Se busca generar un ambiente seguro en el que el profesional, mediante una dinámica rompe hielo, permitirá al participante ser y estar seguro de

expresar sus vivencias personales; en busca de que el desarrollo de la actividad logre cumplir su objetivo. La dinámica rompe hielo consiste en poder conocer a las demás compañeras, para esto, con ayuda de una lana cada participante responderá a dos preguntas: 1. *¿qué te gusta de ser una mujer venezolana?* y 2. *Di algo positivo de la persona a quien se lo lanzas*, con el fin de ir formando una red simbólica con la lana y una conexión de confianza con el otro.

2. Contextualización:

Obteniendo un espacio seguro luego de la dinámica rompe hielo, se podrá visualizar calma y tranquilidad en el ambiente; permitiendo así escuchar a las participantes con aquellas situaciones de vida que las han acompañado en su caminar, bien sea, historias personales, familiares o de allegados, que se encuentren relacionadas al tema de migración, con el fin de priorizar los desafíos superados y las habilidades desarrolladas durante dichas vivencias.

3. Inventario de fortalezas:

Siendo así, un momento de identificación por parte del profesional acerca de todas las habilidades, talentos y recursos personales con los que ellas contaron en ese momento; que se encuentren relacionadas a su resiliencia, creatividad, habilidades sociales, afrontamiento, resolución de conflictos, perseverancia, entre otros.

4. "El árbol de mis emociones":

Lo que permite dar inicio a el árbol personal, en busca de validar todas aquellas emociones asociadas a la migración narradas por ellas mismas en sus situaciones de vida, bien sea, tristeza, miedo o esperanza y así, ir creando el árbol de las emociones de cada mujer donde sea posible identificar aquellas conmociones reprimidas (que en ocasiones no son habladas, solo olvidadas), priorizando estados de vulnerabilidad para cada mujer, en donde el profesional bajo sus principios, debe escuchar y mediar cada situación.

5. Estrategias de afrontamiento:

Luego de ser escuchadas, por parte del profesional las participantes recibirán información sobre estrategias para manejar el estrés y la ansiedad en situaciones de vida cotidiana. Elementos como la importancia de la respiración consciente, meditación guiada, ejercicios físicos o hobbies según sus intereses, lo que conlleva a mediar escenarios que en ocasiones no son controlables.

6. Cierre y tarea:

Es así, como a fin el profesional en acompañamiento de las participantes brinda una reflexión sobre lo aprendido, escuchado y vivenciado en otros; partiendo de crear un compromiso personal de practicar una estrategia de afrontamiento durante la semana, generando un hábito de resiliencia tanto en ellas como en las personas que acompañan su caminar.

7. Evaluación de los aprendizajes:

<p>En cada participante, según su necesidad e interés, el profesional planteara un ejercicio de respiración – meditación – ejercicio, en el cual, se busca llevar un registro de la cantidad de veces que fue realizado, permitiendo una medición de logro en el trabajo desempeñado.</p>
<p>Recursos materiales</p> <p>Hojas de papel con una lista de ejemplos de fortalezas (ej: resiliencia, creatividad, optimismo, habilidades de comunicación, etc.)</p> <p>Dibujo grande de un árbol sin hojas en una cartulina y recortes de hojas de papel de diferentes colores (cada color representando una emoción: alegría, tristeza, miedo, ira, etc.).</p>
<p>Gamificación</p> <p>Medición de logro (practicar estrategia de afrontamiento durante la semana).</p>

Sesión 2

<p>Componente</p> <p>Frustración o abandono del proyecto de vida</p>
<p>Nombre de la sesión</p> <p>Mi futuro, mi camino: Construyendo mi proyecto de vida</p>
<p>Orden del día</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Saludo inicial. 2. Medición de logro de la tarea de estrategia de afrontamiento. 3. Mi historia, mi sueño. 4. La línea del tiempo. 5. Plan de acción personal. 6. Carta a mi futuro 7. Cierre y tarea. 8. Evaluación de los aprendizajes.
<p>Actividades del día</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Saludo inicial. 2. Medición de logro de la tarea de estrategia de afrontamiento. 3. Mi historia, mi sueño: Reflexión sobre los sueños y aspiraciones antes de la migración y cómo han cambiado. 4. La línea del tiempo: Visualización de metas a corto, mediano y largo plazo

<p>en diferentes áreas de la vida (personal, profesional, familiar).</p> <p>5. Plan de acción personal: Elaboración de un plan detallado con pasos concretos, recursos necesarios y plazos para alcanzar las metas</p> <p>6. Carta a mi futuro: Escritura de una carta a sí mismas, expresando sus esperanzas, sueños y compromisos para el futuro.</p> <p>7. Cierre y tarea: Reconocimiento de logros individuales y grupales. Tarea</p>
<p>Recursos materiales Línea del tiempo: lazo, flores, hojas de papel y lapiceros.</p> <p>Plan de acción personal: Formato de 112xcel para escritura de pasos concretos, recursos y plazos para las metas.</p> <p>Carta a mi futuro: formato de carta impreso</p>
<p>Gamificación</p> <p>Recompensa: al plan de acción personal mejor detallado y estructurado.</p>

Sesión 3

<p>Componente</p> <p>Dificultades socioeconómicas y barreras de integración social</p>
<p>Nombre de la sesión</p> <p>Construyendo puentes: integración y oportunidades</p>
<p>Orden del día</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Saludo inicial. 2. Repaso y bienvenida. 3. El muro de las barreras. 4. Mapa de oportunidades. 5. Taller de habilidades. 6. Red de apoyo. 7. Cierre y evaluación del programa.
<p>Actividades del día</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Saludo inicial. 2. Repaso y bienvenida. 3. "El muro de las barreras": Identificación de las dificultades para la integración (ej: discriminación, falta de documentación, validación de títulos).

<p>4. "Mapa de oportunidades": Exploración de recursos y servicios disponibles en la comunidad (ej: bolsas de empleo, programas de capacitación, etc).</p> <p>5. Taller de habilidades:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Opción A (Búsqueda de empleo): Elaboración de currículum vitae, simulación de entrevistas, consejos para la búsqueda de empleo. • Opción B (Emprendimiento): Ideas de negocio, elaboración de un plan de negocios básico, fuentes de financiamiento. <p>6. Red de apoyo: Identificación de contactos y organizaciones que pueden brindar apoyo en la búsqueda de empleo o el emprendimiento.</p> <p>7. Cierre y evaluación del programa</p>
<p>Recursos materiales</p> <p>Muro de barreras: Cartulina grande con la silueta de un muro dibujado.</p> <p>Mapa de oportunidades: Cartulina grande dividida en secciones (ej: Empleo, educación, emprendimiento, apoyo legal, etc.), marcadores y lista de organizaciones y recursos locales</p> <p>Taller habilidades:</p> <p>Opción A (Búsqueda de empleo):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Modelos de currículums vitae. - Hojas de papel para que cada participante elabore su propio currículum. - Información sobre cómo buscar empleo en la zona. <p>Opción B (Emprendimiento):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Modelos de planes de negocio sencillos. - Hojas de papel para que cada participante comience a elaborar su plan de negocio. <p>Red de apoyo:</p> <p>Hojas de papel y lápices para cada participante.</p> <p>Cierre y evaluación del programa: Listado de preguntas cerradas y abiertas</p>
<p>Gamificación</p> <p>Recompensa: Certificación emocional, mi nivel de participación en la sesión, mi nivel de aprendizaje.</p>

6.3 Implementación del ambiente gamificado como estrategia para el desarrollo emocional y la proyección personal

Después de diseñar el programa de manera conjunta, se procedió a ejecutarlo junto a las mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta. Siendo así, se desarrollaron las 3 sesiones descritas anteriormente, registrando las observaciones y reflexiones más importantes en los siguientes diarios de campo.

Tabla 8. *Diario de Campo 1*

Diario de Campo: Observación Sesión 1
<p>Datos generales Fecha: 12 de abril del 2025 Hora de inicio: 10:00am Hora fin: 12:00md Lugar: Corporación Minuto de Dios. Condiciones ambientales: adecuadas, espacio amplio y fresco</p>
<p>Observaciones</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las mujeres participaron en las actividades rompe hielo de manera activa, mostraron apertura y conexión con el espacio y el tema. - Las mujeres expresaron abiertamente sus emociones con relación al proceso migratorio, compartiendo verbalmente cómo han llevado sus vidas en Norte de Santander desde que llegaron hace 3 y 6 años. - Se involucraron en las actividades y juegos, como la técnica de la araña, actividades de relajación e identificación de emociones con la dinámica del árbol - Mostraron que se reconocen a si mismas y su imagen como mujeres migrantes provenientes de Venezuela
<p>Participación observada</p> <ul style="list-style-type: none"> - La participación fue activa desde el inicio. - Alta disposición para compartir experiencias personales o emocionales. - Propusieron ellas mismas la actividad de la araña. - Expresaron interés en las actividades propuestas - Interactuaron entre ellas de manera positiva con intenciones de conocerse.
<p>Reflexiones personales</p> <ul style="list-style-type: none"> - La actividad rompe hielo fue muy importante para crear confianza entre las mujeres. - Las actividades como la relajación ayudaron a conectarse con el momento presente, estar contextualizadas y favorecer el autoconocimiento.

-
- La actividad de la araña les ayudó a sentirse identificadas y a sentir que pertenecen.
-

Preguntas/próximos pasos

- ¿Qué otras actividades grupales se podrían implementar para favorecer la cohesión del grupo?
 - Profundizar sobre el tejido de historias compartidas de mujeres migrantes
-

Tabla 9. *Diario de Campo 2*

Diario de Campo: Observación Sesión 2

Datos generales

Fecha: 15 de abril del 2025

Hora de inicio: 10:00am

Hora fin: 12:00md

Lugar: Corporación Minuto de Dios.

Condiciones ambientales: adecuadas, espacio amplio y fresco

Observaciones

- Las mujeres mostraron mayor apertura en comparación la sesión #1.
 - Participaron de las actividades de manera activa usando la competencia sana.
 - Mostraron receptividad y actitud positiva ante los incentivos propositivos
 - Les interesó la idea de adquirir conocimientos para el crecimiento personal
 - Se observó interés y conexión con el tema “identificación de ruta como mujer”
-

Participación observada

- La participación fue activa con los juegos propuestos
 - Fueron más abiertas en general.
 - Se mostraron abiertas a aprender cosas nuevas.
-

Reflexiones personales

- Los juegos con competencia sana fueron una estrategia efectiva para hacer la sesión más dinámica y con mayor apertura.
 - Se logró vincular el crecimiento personal con su propia realidad social.
-

Preguntas/próximos pasos

- ¿Qué otros juegos se pueden emplear para la competencia sana?
 - Diseñar otras actividades para aplicar conocimientos en su contexto social particular y aterrizadas con su realidad.
-

Tabla 10. Diario de campo 3

Diario de Campo: Observación Sesión 3

Datos generales
Fecha: 26 de abril del 2025
Hora de inicio: 10:00am
Hora fin: 12:00md
Lugar: Corporación Minuto de Dios.
Condiciones ambientales: adecuadas, espacio amplio y fresco

Observaciones

- La sesión inició con una reflexión y análisis de las sesiones anteriores
- Se participó de las actividades propuestas de manera efectiva
- Las mujeres expresaron que sentían mayor reconocimiento de sí mismas como mujeres migrantes y como personas con valores fortalecidos.
- Mostraron receptividad a la información sobre agencia de empleo y los conceptos básicos para formar un emprendimiento

Participación observada

- La participación fue analítica y reflexiva.
- Las mujeres se involucraron activamente en la actividad de línea imaginaria, dialogando sobre sus percepciones sobre su proceso.
- Las mujeres practicaron la escucha activa sobre empleo y emprendimiento.
- Algunas mujeres esbozaron ideas sobre planes o proyectos de vida.

Reflexiones personales

- Esta sesión fue un cierre efectivo ayudando a las mujeres a consolidar lo trabajado en todas las sesiones.
- La metáfora de la línea imaginaria fue útil para que las mujeres vieran su propio proceso y se visualizaran a futuro.
- Es importante dar información concreta sobre recursos, empleo, habilidades y emprendimiento de acuerdo con sus necesidades y en el contexto de su realidad social.

Preguntas/próximos pasos

- ¿Se pueden realizar sesiones adicionales para abordar otros aspectos identificados, relacionados con cómo iniciar un emprendimiento?
- ¿Es posible hacer seguimiento de sus procesos?
- Próximos pasos: sistematizar la información de las sesiones, evaluar el programa y considerar opciones para hacer seguimiento o brindar recursos adicionales a las mujeres.

La ejecución del ambiente de aprendizaje gamificado, concebido colaborativamente con las participantes, representó una oportunidad para vivenciar un proceso educativo alternativo que puso en el centro las experiencias, emociones y aspiraciones de mujeres migrantes venezolanas.

Desde la mirada crítica que permite la Investigación Acción Participativa, este momento del proceso no solo implicó poner en práctica una propuesta metodológica, sino también habilitar un espacio simbólico donde las participantes resignificaron su historia migratoria y proyectaron posibilidades de transformación personal.

Durante las sesiones implementadas, se evidenció un tránsito significativo de la desconfianza inicial hacia una participación comprometida y expresiva. El juego, lejos de ser una mera técnica lúdica, se constituyó en vehículo para el reconocimiento mutuo, la expresión de emociones contenidas y la elaboración colectiva de sentidos compartidos. Actividades como la “técnica de la araña”, la “línea imaginaria” y dinámicas de competencia sana no solo dinamizaron la experiencia, sino que sirvieron como catalizadores para la reflexión sobre la identidad, el valor personal y las trayectorias vitales.

Las mujeres migrantes, usualmente reducidas a cifras en discursos institucionales, cobraron voz y agencia a través de las prácticas gamificadas. La apertura emocional observada, especialmente al compartir vivencias marcadas por la migración forzada, dio cuenta de una necesidad latente de espacios donde el dolor, la nostalgia y la esperanza pudieran coexistir. En este contexto, la gamificación no actuó como evasión, sino como estrategia pedagógica para favorecer la elaboración de narrativas personales en clave de dignidad y resistencia.

Un aspecto relevante fue la manera en que las participantes lograron conectar el juego con su realidad. No se trató de una desconexión lúdica del contexto, sino de un ejercicio situado que permitió abordar problemáticas concretas —como el desempleo, la desvalorización de sus saberes o la sensación de invisibilidad— desde una lógica empática, horizontal y esperanzadora. La reflexión crítica en torno a su rol como mujeres migrantes, el interés creciente por temas de

emprendimiento y la formulación inicial de proyectos de vida son indicadores de un proceso que comenzó a transformar representaciones internas y relaciones sociales.

Desde la perspectiva de la IAP, estos hallazgos validan la importancia de diseñar experiencias educativas que no solo respondan a las necesidades identificadas en el diagnóstico participativo, sino que posibiliten una reapropiación simbólica del presente y una proyección autónoma del futuro. Las sesiones funcionaron como espacios de reconstrucción subjetiva, en los que el juego se articuló con el conocimiento práctico y emocional, generando aprendizajes con sentido y pertinencia.

Por otro lado, las sesiones se llevaron a cabo en condiciones ambientales favorables pues los espacios eran abiertos y amplios y fueron proporcionados por la Corporación Minuto de Dios, permitiendo que se desarrollaran las actividades grupales, permitiéndoles a las mujeres correr, jugar y disfrutar del medio ambiente.

En la primera y segunda sesión se presentaron situaciones de descarga emocional en las participantes, por lo que se realizaron intervenciones individuales breves en dos casos específicos, identificando aspectos del bienestar o la autoestima. Para eso, se brindó acompañamiento individual y orientación, informado la ruta que se puede seguir para la atención adecuada de estas emociones.

Adicional, algunas de las actividades realizadas y la participación de las mujeres en la ejecución del programa de ambientes de aprendizaje gamificado se pueden observar en el siguiente registro fotográfico.



Imagen: Actividad inicial para fortalecer la confianza.



Imagen: El árbol de mis emociones.



Imagen: Actividad reconocimiento emociones



Imagen: Actividad grupal



Imagen: Proyecto de vida, pasado, presente y futuro



Imagen: Actividad de relajación



Imagen: La actividad de la araña



Imagen: Competencia grupal



Imagen: Grupo focal

6.4 Impactos de la experiencia gamificada en la gestión emocional y el proyecto de vida de mujeres migrantes

En la evaluación de este proyecto, a través de un grupo focal, se encontró que las mujeres recibieron el programa de manera positiva, destacando que fue un espacio seguro y comunitario “espacios que compartimos” “un espacio seguro donde podemos ir a contar nuestras historias”. Además, las participantes indicaron la importancia de conectar con otras mujeres y el programa permitió esta conexión con personas migrantes en situaciones similares: “pude botar todo lo que tenía retenido”, asimismo, compartir vivencias sin temor a ser juzgada y al contrario sentirse apoyadas.

Más allá de este componente social, el programa también fue efectivo para trabajar sobre el bienestar emocional y el proyecto de vida, pues les permitió recibir orientación para la búsqueda de empleo, emprendimientos o herramientas para mejorar la calidad de vida de ellas y sus familias. Las actividades lúdicas y dinámicas usadas con el ambiente de aprendizaje gamificado permitió que el programa fuera valorado como una oportunidad para distraerse, favorecer el autocuidado o fortalecerse a nivel personal. La gamificación, particularmente mencionada como “ganar puntos”, fue también dinamizadora para mejorar la experiencia durante el proceso.

En cuanto a áreas de mejora, se mencionó que su alcance y duración son limitados, indicaron que “ojalá se pudiera replicar”, “que muchas más mujeres tuvieran la oportunidad”, o que se extienda el tiempo: “tiempo, más tiempo”, “más talleres”, dejando en evidencia que el programa fue valorado positivamente con la intención de continuar participando o profundizando en temas tratados.

En conclusión, se puede indicar que el programa gamificado mostró ser una intervención eficaz y que las participantes la recibieron de manera positiva, dado que generó un ambiente de

confianza y de sororidad, para manejar mejor las emociones, y trabajar sobre objetivos y metas personales relacionadas con el proyecto de vida. La principal crítica o recomendación fue la continuidad o seguimiento del programa.

Ahora bien, para articular estos resultados con la justificación del estudio desde el impacto social, cabe mencionar que estos hallazgos validan la relevancia social que se justificó pues este proyecto ayudó en la mejora de la calidad de vida y el bienestar de mujeres migrantes. Lo anterior dado que ayudó a promover un espacio seguro, comunitario y de interacción entre mujeres, fomentando la integración social y evitando el aislamiento. Es decir, esto tuvo un impacto más allá de lo individual, mostrando el valor social percibido.

Discusión de resultados

El objetivo principal de este estudio fue desarrollar un ambiente de aprendizaje gamificado para la gestión emocional y el desarrollo del proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, beneficiarias indirectas del programa de Ludoteca de la Corporación Organización El Minuto de Dios regional Santander. Además, cabe destacar que esta estrategia tiene una intención y objetivo educativo y formador, dado que las mujeres también son pilares fundamentales de la comunidad educativa, al ser las madres de los niños participantes en la Ludoteca. Es decir, al fortalecer la dimensión emocional y proyecto de vida de las madres, también se busca impactar de manera positiva el desarrollo integral de sus hijos.

Para eso, se fijaron 4 objetivos específicos: El primero de ellos fue identificar las necesidades y desafíos con relación a la gestión emocional y el proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, beneficiarias indirectas del programa de Ludoteca de la Corporación Organización El Minuto de Dios regional Santander. Para este objetivo, con el análisis de las entrevistas y el grupo focal se identificó que las mujeres migrantes venezolanas están inmersas en un panorama complejo en cuanto a la gestión emocional y la construcción del proyecto de vida. Además, estas dificultades también afectan su capacidad para ejercer el rol de agentes educativos de sus hijos en el hogar, impactando a su vez la estabilidad emocional y el aprendizaje de los niños.

En cuanto a la gestión emocional, se pudo evidenciar que la experiencia migratoria afecta el componente emocional de las mujeres, en cuanto a tristeza, nostalgia, miedo, incertidumbre, ansiedad, estrés, aislamiento, dimensión social o en algunos casos síntomas depresivos y llanto frecuente. Estos sentimientos son provocados por la separación de la familia, las dificultades económicas, los problemas para encontrar vivienda, la falta de redes de apoyo y el choque cultural.

Además, esta experiencia migratoria está relacionada con el duelo por la pérdida del núcleo familiar, las redes de apoyo, las costumbres o la identidad. Los roles de género también juegan un papel importante pues las mujeres deben asumir el ser madres o cuidadoras, lo cual dificulta su propio desarrollo, provocando estrés adicional, pérdida del autocuidado y alteración de la autoimagen. Adicionalmente, se enfrentan a dificultades de discriminación y xenofobia y frustración por el acceso a los servicios de salud, provocando frustración, desconfianza e impotencia, así como dificultades para integrarse a la sociedad colombiana.

En cuanto al proyecto de vida, se logró evidenciar que la principal barrera para desarrollarse es la precariedad laboral y económica, llevando a optar por trabajos informales que generan inestabilidad, bajos salarios y explotación laboral. Sumado a eso, presentan dificultades para conciliar entre el trabajo o las oportunidades laborales con respecto a las tareas del cuidado de los hijos, enfrentando barreras burocráticas y estructurales en la búsqueda de empleo.

Estos resultados se pueden interpretar desde la Teoría Sociocultural de Vygotsky (1978) mencionada en el marco teórico de este estudio, debido a que el contexto es un determinante de la experiencia y el desarrollo humano, pues la migración es un cambio no solo geográfico, sino que también afecta la dimensión emocional y el proyecto de vida, así como la capacidad de sostener ambientes familiares que sean propicios para el aprendizaje y bienestar infantil. Además, las redes de apoyo y las barreras para integrarse socialmente en estas mujeres se pueden analizar desde los postulados de este autor, pues la falta de interacciones positivas puede afectar la adaptación y el desarrollo social. Igualmente, las expresiones de discriminación verbal y los estereotipos basados en el lenguaje, como indica Vygotsky, pueden afectar la forma de pensar y construir la realidad social de estas mujeres, pues el lenguaje media las interacciones y la experiencia de vida.

De esta manera, las dificultades emocionales y de proyecto de vida de estas mujeres se confirmaron y profundizaron, mostrando precariedad económica en estas mujeres, trauma o duelo migratorio y cómo la xenofobia es un factor importante y necesario de abordar mediante intervenciones como la gamificación.

Estos hallazgos se pueden corroborar con estudios como el realizado Sanabria et al. (2020), Ortiz et al. (2023), Colmenares (2020) y Palacios et al. (2021) quienes confirman la precariedad socioeconómica y discriminación de mujeres migrantes, acompañado de dificultades laborales, inseguridad económica y xenofobia. Asimismo, Van Doorn et al. (2023) mostraron el tema de la lucha por la supervivencia en migrantes y las dificultades enfrentadas en la esfera económica.

Por otro lado, en Gibbs et al (2020) se mostró que, si bien el empoderamiento económico podría influir en la salud mental, en el presente estudio, se mostró la fuerte interconexión entre la precariedad laboral y el malestar emocional, así como el dilema de la doble precariedad y las profundas dificultades con los roles de género. En este último tópico, otros autores también coinciden en cómo factores de salud mental, derechos humanos, acceso a servicios y violencia están influenciados por el género (Luo et al., 2023; Ncube, 2017; Gibbs et al., 2020; Greene et al., 2022; Sanabria et al., 2020; Ortiz et al., 2023; Colmenares, 2020; Palacios et al., 2021).

De manera reflexiva y como parte del análisis de lo mencionado, se puede decir que la experiencia migratoria de mujeres venezolanas está atravesada por profundas afectaciones sociales, económicas, emocionales, de discriminación y dificultades para proyectarse en el futuro. Esto se alinea con las tendencias generales identificadas en los antecedentes y en la teoría de este proyecto.

No obstante, estos resultados no solo confirman la necesidad de realizar intervenciones para abordar dichas dimensiones, sino que además amplían y aportan una comprensión más

profunda y contextualizada de los problemas que enfrentan las mujeres migrantes, incluyendo temas como la doble precariedad o las dificultades asociadas a los roles de género. Además, las mujeres señalaron la necesidad y la pertinencia de enfoques lúdicos y dinámicos para abordar sus dificultades. Siendo así, en este estudio se refuerza la pertinencia del enfoque de gamificación, fundamentado en las teorías sociocultural (Vygostky), inteligencia emocional (Goleman) y de aprendizaje experiencial o juego (Kolb, Huizinga), para trabajar sobre la gestión emocional y la reconstrucción del proyecto de vida en estas mujeres.

El segundo objetivo específico fue diseñar de manera colaborativa un programa de ambiente de aprendizaje gamificado que aborde las necesidades y desafíos identificados con relación a la gestión emocional y el proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, beneficiarias indirectas del programa de Ludoteca de la Corporación Organización El Minuto de Dios regional Santander. Este segundo objetivo, se logró de manera adecuada, resaltando que los resultados claves que ayudaron a informar y dieron forma al diseño del programa se exponen:

En primer lugar, se identificaron las necesidades y desafíos que enfrentan las mujeres, principalmente la xenofobia (social y laboral), estereotipos de género, precariedad económica y laboral. A pesar de eso, las mujeres reconocieron que usan o les gustaría fortalecer sus conocimientos y habilidades para enfrentar estas barreras y generar mayores oportunidades de vida. Además, señalaron que tienen preferencia por enfoques de aprendizaje gamificado, usando dinámicas grupales, aprendizaje interactivo y espacios para la expresión emocional, mostrando apertura ante procesos de aprendizaje significativos y participativos.

En cuanto a las directrices para diseñar el proyecto, pidieron que este se centrará en el proyecto de vida, fortalecimiento familiar, desarrollo de proyectos personales tipo

emprendimiento, apoyo psicológico y herramientas para la crianza de sus hijos. Esto deja en evidencia la búsqueda activa y la necesidad de aprendizaje de estas mujeres para el desarrollo de competencias no solo para ellas, sino también que se puedan aplicar a su rol como madres en el entorno familiar. Por último, esperaban que este programa contribuyera a aumentar su autoconfianza, bienestar emocional, desarrollo personal, empoderamiento y superación de los miedos para enfrentar diferentes desafíos y retos de vida. Estas expectativas también son indicadores de ese deseo de transformación de las mujeres, que repercute en su vida familiar y en sus hijos.

Como resultado de este proceso colaborativo y de escucha activa de las necesidades de las mujeres, se diseñó un programa de ambiente de aprendizaje gamificado, concebido como un espacio educativo y de desarrollo de habilidades que son esenciales para las mujeres, estructurado en tres sesiones, incorporando las necesidades y preferencias de las mujeres migrantes que participaron de este. Estos resultados validan el supuesto inicial sobre la necesidad de apoyo emocional y de trabajar en el proyecto de vida usando la gamificación.

Estos resultados se respaldan con antecedentes nacionales e internacionales (Mironova et al., 2020; Jammermann & Tunc, 2022; Martins et al., 2024; Dueñas, 2023; Mena-Mosquera, 2022) en los cuales se destaca el valor teórico y práctico de la gamificación para la gestión emocional y proyecto de vida de mujeres migrantes, mediante un enfoque participativo. Además, este diseño responde a esos vacíos en el conocimiento científico sobre intervenciones específicas y gamificadas para mujeres migrantes. Frente a ello, Greene et al. (2022) y Dueñas (2023) señalaron la relevancia cultural y contextual de estas intervenciones. Sin embargo, en este estudio, se enfatiza en la dimensión educativa del diseño participativo, desde un foco formativo para mujeres migrantes, considerando su rol central en la comunidad educativa familiar.

De manera reflexiva y como parte del análisis de lo mencionado, se puede indicar que el diseño colaborativo del programa gamificado no solo cumplió su objetivo, sino que además generó resultados sobre diseño de intervenciones que pueden ser útiles para estudios futuros y gozar de riqueza metodológica para otros protocolos o programas. Además, al comparar con los antecedentes, se encontró que el diseño de este responde a necesidades específicas y vacíos en la literatura internacional y regional, mostrando la importancia de trabajar con la escucha activa de la comunidad y la aplicación de sus necesidades en su contexto de vida particular.

El tercer objetivo específico fue ejecutar el de ambiente de aprendizaje gamificado para la gestión emocional y el desarrollo del proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, beneficiarias indirectas del programa de Ludoteca de la Corporación Organización El Minuto de Dios regional Santander.

La ejecución del programa se llevó a cabo de manera exitosa a través de tres sesiones en las que se interactuó con las mujeres y se evidenció su participación activa. Los resultados más destacados de esta ejecución fueron la creación de un espacio seguro, apertura y disposición por parte de las mujeres para compartir sus vivencias personales y del proceso migratorio. Además, este programa permitió que las mujeres se expresaran y reconocieran sus emociones, fortaleciendo su identidad y autoconocimiento. Asimismo, se trabajó sobre el proyecto de vida, y las mujeres mostraron apertura a la información sobre agencias de empleo y conceptos de emprendimiento, orientándose hacia el futuro de manera adecuada. Es decir, este programa demostró el potencial del ambiente gamificado como una estrategia para procesos de aprendizaje, pero también de reflexión.

Estos resultados se pueden interpretar desde la teoría sociocultural de Vygotsky pues el programa proporcionó un contexto seguro y colaborativo. Además, la inteligencia emocional de

Goleman fue un contenido central, pues se abordaron las emociones de manera importante. En este proceso también el aprendizaje experiencial de Kolb y la teoría del juego de Huizinga ayudaron a que el proyecto fuera dinámico, activo y entretenido para las mujeres. En esencia, estos hallazgos muestran el carácter educativo de esta experiencia, porque no solo se trató de que las mujeres gestionaran mejor sus emociones o crearan un proyecto de vida, sino también que reconocieran sus propios recursos, desarrollaran competencias claves para su propia vida y para la crianza de los hijos. Estos resultados confirman la hipótesis inicial de que es pertinente un programa usando la gamificación como herramienta pedagógica para la gestión emocional y proyecto de vida de mujeres migrantes.

Estos resultados identifican la necesidad de intervenciones tal como lo señalan Luo et al. (2023) y Hernández et al. (2021) en las que se aborden aspectos socioeconómicos y psicosociales con esta población. Además, los resultados del presente estudio demuestran que los programas gamificados fomentan la gestión emocional y las metas personales en estas mujeres, abordando un vacío en la literatura nacional y regional. Es decir, este estudio es una primicia al demostrar de manera empírica como un programa gamificado ayudo a fomentar el aprendizaje y el desarrollo de habilidades para la vida en mujeres migrantes, llenando ese vacío sobre estrategias educativas concretas para esta población.

De manera reflexiva y como parte del análisis mencionado, se puede decir que la ejecución exitosa del programa de ambientes de aprendizaje gamificado no solo cumplió el objetivo, sino que además muestra la alta participación de las mujeres, la expresión emocional y la reflexión sobre el proyecto de vida, lo cual es consistente con el marco teórico sociocultural, de inteligencia emocional y aprendizaje de tipo experiencial. Por lo tanto, este proyecto muestra que es viable y

pertinente a nivel práctico desarrollar enfoques pedagógicos gamificados y participativos en los cuales se aborden esas necesidades psicosociales de las mujeres migrantes.

El cuarto objetivo específico fue valorar el impacto de la implementación del programa de ambientes de aprendizaje gamificado para la gestión emocional y el desarrollo del proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, beneficiarias indirectas del programa de Ludoteca de la Corporación Organización El Minuto de Dios regional Santander.

La evaluación del programa de ambientes de aprendizaje gamificado, mostró un impacto positivo y formativo sobre la gestión emocional y el proyecto de vida de mujeres migrantes, quienes valoraron el proyecto, indicando que fue un espacio seguro, de confianza y de sororidad para expresar sus emociones y vivencias. Este proyecto contribuyó al bienestar emocional, el autocuidado y el fortalecimiento personal, las cuales son dimensiones esenciales para ejercer una maternidad más consciente y presente. Además, fue efectivo para orientar y proveerles herramientas para el proyecto de vida, mostrando información sobre trabajo, emprendimiento y mejora de la calidad de vida, lo cual es un proceso educativo de planificación y desarrollo de metas. La gamificación también fue mencionada como un aspecto que facilitó el aprendizaje y dinamizó el proceso educativo de las sesiones. Algunas de las áreas de mejora incluyen el seguimiento, la duración y el alcance de este programa.

Estos resultados se pueden interpretar desde el marco teórico pues se demostró que la combinación del enfoque sociocultural de Vygotsky de aprendizaje social y comunidad, la inteligencia emocional de Goleman y el uso de estrategias de gamificación son útiles y pertinentes para abordar esas necesidades presentes en las mujeres migrantes en términos de gestión emocional y proyecto de vida.

Estos resultados confirman el supuesto inicial de que un de gamificación sobre gestión emocional y proyecto de vida es eficaz y es bien recibido por las mujeres migrantes, incluso pidiendo extensión en la duración del proyecto. Es decir, la gamificación es una estrategia educativa que permitió la articulación educativa de este proyecto, pues al mejorar la gestión emocional y el proyecto de vida en estas mujeres, también se impacta el ambiente familiar; es decir, las madres, al ser más resilientes y empoderadas, cuentan con herramientas para ofrecer entornos más estimulantes para el desarrollo de los hijos, favoreciendo así su proceso formativo.

Estos resultados confirman y extienden los hallazgos y necesidades que se identificaron en los antecedentes, pues esta intervención fue percibida como eficaz y valiosa para las mujeres. Es decir, en este estudio se abordó de manera adecuada la implementación de un programa gamificado, mientras que los antecedentes muestran que la gamificación se había abordado en estudios de educación (Peña, 2022; Lozada-Ávila, 2017) o únicamente se describían vulnerabilidades (Sanabria et al., 2020; Ortiz et al., 2023; Colmenares, 2020; Palacios et al., 2021).

Por el contrario, en este estudio se implementó una intervención combinando diferentes elementos, con una recepción positiva de las participantes. Este trabajo aporta empíricamente sobre la efectiva percibida de un modelo gamificado diseñado con un fin formativo para mujeres migrantes, abordando a su vez las necesidades psicosociales más urgentes que constituyen un insumo para fortalecer su rol educativo dentro de sus familias. La creación de un espacio seguro y de tipo comunitario también responde a la importancia del apoyo social y las redes de acompañamiento, así como lo señalan Greene et al. (2022) y Ncube (2017). En resumidas, estos resultados proporcionan una evidencia empírica de la efectividad percibida de un modelo integral gamificado para abordar la parte emocional y el proyecto de vida de mujeres migrantes, tal como se recomendó en estudios previos.

De manera reflexiva y como parte del análisis mencionado, se puede indicar que la implementación de este programa fue eficaz y tuvo un componente formativo significativo, tal como se esperaba inicialmente. Los resultados positivos de este estudio están evidenciando como el crear espacios socioculturales seguros (Vygotsky), el enfoque en la inteligencia emocional (Goleman) y el aprendizaje experiencial gamificado (Kol, Huizinga) son significativos en la gestión emocional y proyecto de vida de estas mujeres. Es decir, este estudio no solo confirma los antecedentes, sino que va mucho más allá, mostrando evidencia empírica del potencial que tiene la gamificación en contextos humanitarios, sociales y comunitarios. En otras palabras, se muestra la importancia de un enfoque integral y participativo para el acompañamiento de mujeres migrantes venezolanas en nuestro contexto colombiano, yendo más allá de la intervención individual, y procurando impactar el desarrollo educativo de futuras generaciones.

2 Conclusiones

Este estudio muestra la complejidad de la experiencia migratoria de las mujeres venezolanas en la Comuna 8 de Cúcuta, pues se pudieron confirmar sus necesidades emocionales y relacionadas con el proyecto de vida. Estos resultados fueron comparables con la literatura científica regional, nacional e internacional en lo que respecta a la separación de la familia, la precariedad laboral, la discriminación, los roles de género, los sentimientos de ansiedad, tristeza y duelo migratorio.

No obstante, este proyecto logró ir más allá pues se pudo contar con las vivencias de estas mujeres desde la teoría sociocultural, mostrando como el entorno social y las interacciones se vinculan con la realidad y dificultad el desarrollo e integración personal, resignificando experiencias y construyendo nuevos aprendizajes. Además, con este estudio fue posible concluir sobre la importancia y el potencial de los enfoques como la gamificación, no solo como una herramienta lúdica o didáctica, sino como una estrategia eficaz para abordar problemas complejos como la gestión emocional y el proyecto de vida en mujeres migrantes, facilitando así procesos de aprendizaje significativos, accesibles y motivadores para las participantes.

Adicional, se cumplieron los objetivos propuestos de manera satisfactoria, identificando las necesidades de las mujeres (objetivo 1), diseñando de manera colaborativa el programa (objetivo 2), para luego ejecutarlo (objetivo 3) y finalmente evaluarlo (objetivo 4). Con estos objetivos, se evidenció el impacto positivo percibido por las participantes, quienes destacaron aprendizajes importantes sobre fortalecimiento personal, la gestión emocional y el proyecto de vida. Por este motivo, este estudio aporta a la evidencia científica sobre la eficacia de este enfoque integral como un proceso formativo que generó resultados de aprendizaje significativos. Asimismo, el proceso de enseñanza-aprendizaje, la metodología cualitativa y participativa

demonstró ser pertinente para explorar las experiencias y vivencias de estas mujeres, para así co-construir soluciones significativas para sus vidas por medio del programa implementado.

En general, este estudio aporta de manera significativa al campo de los ambientes de aprendizaje, con orientación pedagógica pues se validó empíricamente la eficacia de un programa gamificado para promover aprendizajes relacionados con la gestión emocional y proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas. El principal beneficio de este proyecto fue demostrar que el diseñar e implementar intervenciones psicosociales para estas mujeres, es recibido de manera participativa por las mujeres, integrando principios socioculturales y de dinámicas lúdicas que ayudan a crear espacios y espacios de aprendizaje efectivos que ellas consideran seguros y de empoderamiento femenino.

Por último, cabe mencionar que el desarrollar ambientes de aprendizaje para fortalecer las competencias de las madres (gestión emocional y proyecto de vida), también impacta el núcleo familiar, potencial el rol educativo de las mujeres y al mismo tiempo contribuyendo a ese desarrollo integral en sus hijos, lo cual se alinea con la visión amplia de educación y de entornos de aprendizaje que se promueven en esta maestría. Como recomendaciones futuras, se sugiere trabajar con otras estrategias pedagógicas, otro tipo de diseños, con otras poblaciones e intervenciones que permitan hacer comparaciones y ver los efectos a largo plazo de los aprendizajes adquiridos.

7. Recomendaciones

A partir de los resultados de este estudio, se identifican algunas limitaciones y aspectos no abordados que son una oportunidad para futuras investigaciones en el campo de ambientes de aprendizaje y el acompañamiento a mujeres migrantes.

En primer lugar, este estudio se centró en mujeres migrantes de la comuna 8 de Cúcuta, lo que hace que la intervención sea limitada y cerrada a este grupo en específico. Por eso, sería importante desarrollar investigaciones en las cuales se explore la adaptabilidad de este modelo de ambiente de aprendizaje gamificado con otros grupos de mujeres en otros contextos sociales o geográficos en Colombia, o incluso con poblaciones vulnerables con necesidades psicosociales similares, como mujeres indígenas o de poblaciones raizales.

Otra limitación es inherente al diseño cualitativo, pues no fue posible evaluar la sostenibilidad de los efectos a largo plazo de este proyecto. Por eso, se sugiere explorar algunas líneas para implementar en futuros estudios o investigaciones, como, por ejemplo, estudios de diseños longitudinales para evaluar el impacto de programas gamificados a lo largo del tiempo, con el fin de evidenciar cómo son los avances en gestión emocional y proyecto de vida en estas mujeres. Asimismo, otros estudios de diseño mixto, para poder aplicar instrumentos estandarizados como escalas de ansiedad, depresión, calidad de vida, entre otros, y a su vez, entrevistas semiestructuradas para obtener datos cualitativos que luego puedan compararse o refutarse por medio de estrategias de integración o triangulación.

Por último, sería pertinente desarrollar investigaciones en las cuales se compare el enfoque de gamificación con otro tipo de modalidades de intervención, y así explorar o identificar cuáles favorecen de mejor manera la cohesión del grupo, la expresión emocional y el empoderamiento relacionado con el proyecto de vida en mujeres migrantes.

Referencias bibliográficas

- Agencia de la ONU para los Refugiados [ACNUR]. (2024). *Datos y estadísticas: tendencias globales*. [https://www.acnur.org/tendencias-globales#:~:text=A%20nivel%20global%2C%201%20de,de%20cada%20125%20personas%20desplazadas\).&text=M%C3%A1s%20de%20117%2C%20millones,fuerza%20a%20finales%20de%202023](https://www.acnur.org/tendencias-globales#:~:text=A%20nivel%20global%2C%201%20de,de%20cada%20125%20personas%20desplazadas).&text=M%C3%A1s%20de%20117%2C%20millones,fuerza%20a%20finales%20de%202023).
- Agencia de la ONU para los Refugiados [ACNUR]. (2024). *Llamamiento de emergencia: Situación de Venezuela*. <https://www.acnur.org/emergencias/situacion-de-venezuela>
- Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados. (2024). *Tendencias Globales: Desplazamiento Forzado en 2023*. Copenhague, Dinamarca: Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados.
- Banco Mundial (2024). Preguntas frecuentes: Desplazamiento forzado, una crisis mundial cada vez mayor. <https://www.bancomundial.org/es/topic/fragilityconflictviolence/brief/forced-displacement-a-growing-global-crisis-faqs#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%20el%20desplazamiento%20forzado,violaciones%20de%20los%20derechos%20humanos>.
- Bernal-García, C. A., Salamanca, M. Á., Pérez, D. H., & Quemba, M. L. (2018). Validez de contenido mediante juicio de expertos como técnica para la validación de instrumentos de medición. *Revista Cienciamatria*, 4(1), 111–124.
- Caballero Toloza, C. M., & Alejandra, S. C. M. (2021). Identificación de estrategias para la comprensión lectora a través del juego, afianzando el nivel inferencial de lectura por medio de la gamificación, en los estudiantes del grado noveno de la Institución Educativa La Ceiba-Rionegro, Santander.

- Colmenares, X. R. (2020). Mujeres migrantes venezolanas en el nororiente colombiano: situación actual y desafíos vistos desde la ciudad de Cúcuta. In M. T. P. Sanabria & M. L. T. Villarreal (Eds.), *La mujer migrante en Colombia: análisis de sus derechos humanos desde el contexto regional, 2014-2018* (1st ed., pp. 171–206). Editorial Universidad del Rosario. <https://doi.org/10.2307/j.ctv1g6q8jx.7>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2024). *Migración y género: factores de vulnerabilidad de las mujeres migrantes venezolanas en Colombia*.
<https://www.cepal.org/es/publicaciones/69001-migracion-genero-factores-vulnerabilidad-mujeres-migrantes-venezolanas-colombia>
- Comisión Gestora del PNDE 2016-2026. (2019). Estrategia de monitoreo y evaluación del Plan Nacional Decenal de Educación 2016-2026: Mesa de monitoreo seguimiento y evaluación de la Comisión Gestora del PNDE 2016-2026.
- Córdoba, M. E. (2020). El constructivismo sociocultural lingüístico como teoría pedagógica de soporte para los Estudios Generales. *Revista Nuevo Humanismo*, 8(1).
- Corte Constitucional de la República de Colombia. (2014). DESPLAZAMIENTO
- Dubet, F. (1994). *Sociología de la experiencia*. México: Paidós.
- Espinoza Freire, E. E. (2018). Las variables y su operacionalización en la investigación educativa. Parte I. *Conrado*, 14(Supl. 1), 39–49.
https://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442018000500039
- FORZADO-Ley 387 de 1997, respecto a su definición, alcance e implicaciones materiales, físicas y jurídicas. <https://www.corteconstitucional.gov.co/relatoria/2014/T-689-14.htm>

- de Korniejczuk, R. I. B. (2019). Ambientes de aprendizaje. *RIEE| Revista Internacional de Estudios en Educación*, 19(1), 64-65.
- Dixon, T. (2017). Educating the emotions from Gradgrind to Goleman. In *Emotional Well-Being in Educational Policy and Practice* (pp. 99-113). Routledge.
- Dueñas Mejía, J. D. Desarrollo de un juego para la promoción de la salud mental en la Pontificia universidad Javeriana Rasif: en la búsqueda de un mañana.
- Eguiluz, I. (2021). Entre Ulises y Penélope: integrar la perspectiva de género en los estudios sobre la salud mental de las mujeres migrantes. *REMHU: Revista Interdisciplinaria da Mobilidade Humana*, 29(63), 159-177.
- Escallón Largacha, E., González, B. I., Peña Bravo, P. C., & Rozo-Parrado, L. J. (2019). Implicaciones educativas de la teoría sociocultural: el desarrollo de conceptos científicos en estudiantes bogotanos. *Revista Colombiana de Psicología*, 28(1), 81-98.
- Espinar Álava, E. M., & Vigueras Moreno, J. A. (2020). El aprendizaje experiencial y su impacto en la educación actual. *Revista Cubana de Educación Superior*, 39(3).
- Fernández-Arias, P. F., Olmedo, E. O., Rodríguez, D. V., & Vallecillo, A. I. G. (2020). La gamificación como técnica de adquisición de competencias sociales. *Prisma Social: revista de investigación social*, (31), 388-409.
- Freire, P. (2022). *Pedagogía liberadora: Antología Paulo Freire*. Los libros de la Catarata.
- Garcés Silva, R. E. (2021). Propuesta de aprendizaje colaborativo desde el paradigma sociocultural para mejorar competencias investigativas en estudiantes de una universidad de Guayaquil.
- García Rojas, A. M., Mora Cruz, L. K., & Torres Rico, K. D. (2021). La gamificación para el fortalecimiento de los procesos de aprendizaje de las ciencias naturales en quinto grado

de primaria de la Institución Educativa Ortún Velasco del municipio de Cécota,
Departamento Norte de Santander.

- García, M. (2018). Evaluación de instrumentos de investigación: El juicio de expertos. *Revista Electrónica Educare*, 22(1), 1–15. <https://doi.org/10.15359/ree.22-1.12>
- Gibbs, A., Corboz, J., Chirwa, E., Mann, C., Karim, F., Shafiq, M., ... & Jewkes, R. (2020). The impacts of combined social and economic empowerment training on intimate partner violence, depression, gender norms and livelihoods among women: an individually randomised controlled trial and qualitative study in Afghanistan. *BMJ global health*, 5(3), e001946.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós
- Goleman, D. (1998). *La inteligencia emocional en la práctica*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (2007). *La Inteligencia Emocional*. España: B. Mexico, Ediciones, S.A. de C.V..
- Gómez Pawelek, J. (2013). *El aprendizaje experiencial*.
<http://repositoriorscj.dyndns.org:8080/xmlui/handle/PSCJ/699>
- González, L. Y. C., & Niño, A. D. P. L. (2020). Gamificación como estrategia para fortalecer la producción textual en Ciencias Naturales. *Revista Docencia Universitaria*, 21(1), 55-79.
- Granados López, H., & García Zuluaga, C. L. (2016). El modelo de aprendizaje experiencial como alternativa para mejorar el proceso de aprendizaje en el aula.
- Greene, M. C., Bonz, A., Isaacs, R., Cristobal, M., Vega, C., Andersen, L. S., ... & Tol, W. A. (2022). Community-based participatory design of a psychosocial intervention for migrant women in Ecuador and Panama. *SSM-Mental Health*, 2, 100152.

- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.^a ed.). McGraw-Hill Education.
- Hernández Alvarado, J. L., Ochoa Meza, G., & Gutiérrez Veja, M. (2021). Programas de intervención psicosocial para el manejo del estrés en adultos migrantes de Latinoamérica: una revisión sistemática y meta-análisis. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 53, 218-227.
- Huizinga, J. (2005). *Homo Ludens: El Juego y la Cultura*. Estados Unidos: Fondo de Cultura Económica.
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2022). Tipos y formas de violencia. <https://www.icbf.gov.co/mis-manos-te-ensenan/tipos-y-formas-de-violencia>
- Jammermann, M., & Tunc, B. E. (2022). The Potential of Gamification for Humanitarian Organizations to Support Integration in Migration Contexts. In *Handbook of research on cross-disciplinary uses of gamification in organizations* (pp. 381-397). IGI Global.
- Kolb, D. A. (2014). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. FT press.
- Larios-Guzmán, A. (2022). El problema epistemológico de las teorías del aprendizaje. *Logos Boletín Científico de la Escuela Preparatoria No. 2*, 9(17), 7-10.
- Lozada-Ávila, C., & Betancur-Gómez, S. (2017). La gamificación en la educación superior: una revisión sistemática. *Revista Ingenierías Universidad de Medellín*, 16(31), 97-124.
- Luo, Y., Ebina, Y., Kagamiyama, H., & Sato, Y. (2023). Interventions to improve immigrant women's mental health: A systematic review. *Journal of clinical nursing*, 32(11-12), 2481–2493. <https://doi.org/10.1111/jocn.16378>

Magallanes Palomino, Y. V., Donayre Vega, J. A., Gallegos Elias, W. H., & Maldonado

Espinoza, H. E. (2021). El lenguaje en el contexto socio cultural, desde la perspectiva de Lev Vygotsky. *CIEG, Revista Arbitrada Del Centro De Investigación Y Estudios Gerenciales*, 51, 25-35.

Martín Peña, A. (2022). Formación en competencias sociales y emocionales a través de herramientas virtuales de gamificación en estudiantes de grado sexto en una Institución Educativa Distrital en la localidad de Bosa, Bogotá. Universidad de los Andes.

Disponible en: <http://hdl.handle.net/1992/59154>

Martin, J. (2019). Emotional intelligence, emotional culture, and library leadership. *Library Leadership & Management*, 33(2).

Martins, D., Fernandes, C., Campos, M. J., & Ferreira, M. C. (2024). Gamification Approaches to Immigrants' Experiences and Issues. *The International Journal of Information, Diversity, & Inclusion*, 8(1), 83-102.

Melo-Solarte, D. S., & Díaz, P. A. (2018). El aprendizaje afectivo y la gamificación en escenarios de educación virtual. *Información tecnológica*, 29(3), 237-248.

Mena-Mosquera, D. C. (2022). Metaanálisis de la gamificación en función del apoyo al tratamiento de la depresión.

Ministerio de Igualdad. (2024). Orientaciones de equidad de género y derechos de las mujeres para la formulación de los planes de desarrollo territoriales. [Documento PDF].

Ministerio de Justicia y del Derecho (2024). Protección de los derechos de los migrantes. <https://www.suin-juriscol.gov.co/legislacion/proteccionmigrantes.html>

Mironova, O. I., Ruonala, L. A., & Ivanova, O. V. (2020). Gamification as a method of successful adaptation of migrants in European countries: socio-psychological and

- economic aspects. In *Frontier information technology and systems research in cooperative economics* (pp. 1041-1051). Cham: Springer International Publishing.
- Naciones Unidas (2024). *Migración internacional*. <https://www.un.org/es/global-issues/migration>
- Ncube, A. (2017). *The socio-economic coping and adaptation mechanisms employed by African migrant women in South Africa* (Doctoral dissertation, University of the Free State).
- Organización de Naciones Unidas Colombia. (2024). *Más allá de las banderas somos mujeres: migrantes venezolanas y colombianas transforman sus vidas*. <https://colombia.unwomen.org/es/mas-alla-de-las-banderas-somos-mujeres>
- Organización Internacional para las Migraciones (2018). *Características demográficas generales de las mujeres migrantes y refugiadas de Venezuela*. <https://dtm.iom.int/sites/g/files/tmzbd11461/files/reports/ES-1-demografia%20%28V4%29ML.pdf>
- Organización Internacional para las Migraciones [OIM] (2024). *Situación regional migratoria venezolana*. <https://respuestavenezolanos.iom.int/es/situacion-regional-migratoria-venezolana>
- Ortiz Piedrahita, V., Gómez-Pulgarín, W. E., & Camacho Gómez, Á. R. (2023). Feminización de trayectorias migratorias pendulares y flotantes en la frontera colombo-venezolana. *Migraciones internacionales*, 14.
- Ortiz, M., & Borjas, B. (2008). La Investigación Acción Participativa: aporte de Fals Borda a la educación popular. *Espacio abierto*, 17(4), 615-627.

- Palacios Ramírez, A. L., Polo Robles, V. C., & Rivera Sánchez, L. M. (2021). Promoción y prevención de violencia basada en género contra la mujer migrante en Cúcuta (Norte de Santander): “hermanas y panas”.
- Plataforma de Coordinación Interagencial para Refugiados y Migrantes de Venezuela. (2020). *Reinventarse sobre la marcha: Mujeres refugiadas y migrantes de Venezuela Un estudio de sus condiciones y accesos a medios de vida en Colombia, Ecuador y Perú*.
<https://www.r4v.info/es/document/reinventarse-sobre-la-marcha-mujeres-refugiadas-y-migrantes-de-venezuela-un-estudio-de-sus>
- Plataforma de Coordinación Interagencial para Refugiados y Migrantes de Venezuela. (2024). *R4V América Latina y el Caribe, Refugiados y Migrantes Venezolanos en la Región - May. 2024*. <https://www.r4v.info/es/document/r4v-america-latina-y-el-caribe-refugiados-y-migrantes-venezolanos-en-la-region-may-2024>
- Quiceno, J. L. P. (2008). *La inserción laboral de las mujeres inmigrantes negras en el servicio doméstico de la ciudad de Cali*. Universidad del Valle.
- Ríos, B. Á. D., & Mancilla, E. P. R. (2021). Una aproximación histórica a las aportaciones del paradigma sociocultural a la psicología educativa. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 24(1), 122.
- Rodríguez, A. N., García, Á. R. R., & Minguet, J. L. C. (2020). Los ambientes de aprendizaje como metodología activa promotora de la actividad física en Educación Infantil: un estudio de caso. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (37), 498-504.

- Sanabria, M. T. P., & Villarreal, M. L. T. (Eds.). (2020). *La mujer migrante en Colombia: análisis de sus derechos humanos desde el contexto regional, 2014-2018* (1st ed.). Editorial Universidad del Rosario. <https://doi.org/10.2307/j.ctv1g6q8jx>
- Sánchez, O. R., Ordoñez, C. A. C., & Toledo, J. A. J. (2018). La gamificación como estrategia didáctica para la enseñanza/aprendizaje de la programación: un mapeo sistemático de literatura. *Lámpsakos*, (19), 31-46.
- Santillanes, N. (2021). Relación entre violencia y depresión en mujeres migrantes a través de las experiencias en los servicios de atención. *Salud colectiva*, 17, e3054.
- Shively, K. (2014). Digital progressive learning environments for elementary children. *Curriculum and Teaching Dialogue*, 16(1/2), 141.
- Silva Segovia, J., Ramirez Aguilar, F., & Zapata Sepúlveda, P. (2018). Experiencias laborales de mujeres migrantes afrocolombianas en el norte de Chile. *Interciencia*, 43(8), 544-551.
- UNESCO. (2019). *Informe de Seguimiento de la Educación en el Mundo 2019: Migración, desplazamiento y educación: Construyendo puentes, no muros*. París: UNESCO.
- Van Doorn, N., Ferrari, F., & Graham, M. (2023). Migration and migrant labour in the gig economy: An intervention. *Work, Employment and Society*, 37(4), 1099-1111.
- Vargas, C. G. (2011). *El enfoque praxeológico*. Corporación Universitaria Minuto de Dios - UNIMINUTO.

Anexos

Anexo A. Entrevista Semiestructurada

Maestría en ambientes de aprendizaje

ENTREVISTA

Título de la investigación magister: *Gamificación para la gestión emocional y el proyecto de vida: Un enfoque para mujeres migrantes venezolanas.*

Investigadores: Emerson Contreras Galvis y Yuri Cetina

Te invitamos a responder con total sinceridad y libertad, compartiendo tus vivencias, reflexiones y perspectivas.

¡Juntas podemos construir un futuro más prometedor!

Parte 1: Experiencia Migratoria y Adaptación

¿Qué te llevó a tomar la decisión de dejar Venezuela y buscar una nueva vida en Colombia? (Explora las razones principales, las motivaciones y las circunstancias que influyeron en su decisión).

¿Cómo fue tu llegada a Colombia y cuáles han sido los mayores desafíos que has enfrentado al adaptarte a esta nueva realidad? (Pregunta sobre el proceso de adaptación, las dificultades iniciales y cómo las ha superado).

¿Cómo te has sentido al integrarte a la comunidad en Cúcuta? ¿Qué aspectos te han resultado más fáciles y cuáles más difíciles? ¿Qué crees que podría mejorar para que te sintieras más integrada? (Explora su experiencia de integración, los sentimientos de pertenencia y las barreras que ha encontrado).

¿Has contado con redes de apoyo en Colombia, ya sean familiares, de amigos o de organizaciones? ¿Qué tipo de apoyo has recibido y cuál te ha sido más útil? ¿Qué otras formas de apoyo consideras que te serían valiosas? (Investiga sobre sus redes de apoyo, el tipo de ayuda que ha recibido y sus necesidades de apoyo).

Parte 2: Gestión Emocional y Bienestar

¿Cómo ha impactado la experiencia migratoria en tu estado emocional? ¿Has experimentado cambios en tu ánimo, en tus niveles de estrés o en tu bienestar general? (Explora el impacto emocional de la migración, los sentimientos que ha experimentado y cómo ha afectado su bienestar).

¿Qué estrategias utilizas para afrontar las emociones difíciles y mantener tu bienestar emocional en Colombia? ¿Has encontrado actividades o prácticas que te ayuden a sentirte mejor? (Pregunta sobre sus estrategias de afrontamiento, cómo maneja las emociones y qué recursos utiliza para cuidar su bienestar).

¿Has experimentado alguna vez discriminación o rechazo en Colombia debido a tu origen venezolano? ¿Cómo te ha afectado esta experiencia? (Investiga sobre posibles experiencias de discriminación, cómo las ha enfrentado y el impacto emocional que han tenido).

¿Cómo ha influido la migración en tu rol como mujer, madre, esposa o pareja? ¿Has sentido que tus roles han cambiado o se han visto afectados de alguna manera? (Explora cómo la migración ha impactado sus roles de género, las responsabilidades y los desafíos que ha enfrentado).

Parte 3: Proyecto de Vida y Aspiraciones

¿Cuáles son tus metas y aspiraciones a corto, mediano y largo plazo en Colombia? ¿Qué te gustaría lograr en este nuevo capítulo de tu vida? (Anima a la participante a compartir sus sueños, metas y aspiraciones en diferentes áreas de su vida).

¿Qué obstáculos o dificultades has encontrado para alcanzar tus metas? ¿Qué recursos o herramientas crees que te serían útiles para superar estos desafíos? (Identifica los obstáculos que enfrenta, las necesidades de apoyo y las posibles soluciones).

Anexo B. Observaciones y validación general del Validador 1



Fecha 7 de noviembre 2024

Tesis de maestría: - *Gamificación para la gestión emocional y el proyecto de vida: Un enfoque para mujeres migrantes venezolanas-*.

Formato 2: Formato de observaciones y Validación general

Observaciones en la Categoría: Experiencia Migratoria y Adaptación

Considero que el conjunto de preguntas se ajusta a los requerimientos descriptivos que ofrece la categoría de Experiencia migratoria y adaptación, ya que buscan ahondar por su relato como migrante en Colombia.

Observaciones en la Categoría: Gestión Emocional y Bienestar

Los ítems planteados en el instrumento son coherentes con el objetivo del estudio. Tienen total correspondencia con el rastreo que se plantea frente a la categoría propuesta. Es un interesante insumo para desarrollar apuestas formativas desde las instituciones competentes.

Observaciones en la Categoría: Proyecto de Vida y Aspiraciones

Las preguntas planteadas en el instrumento tienen relación con el propósito investigativo de la categoría, en la medida en que recorren las posibilidades que las mujeres migrantes pueden asumir estando en Colombia. Es un acercamiento a la mirada futura como insumo para planteamientos sociales y/o estatales.


Emerson David Contreras Galvis
Estudiante de la Maestría
Grado Académico: Magíster en Ambientes de Aprendizaje


FIRMA DEL VALIDADOR
YURGEN CUEVAS RODRIGUEZ
-Magister Coordinador Docente investigador UFPS

Línea de Atención al Usuario: 593 30 04 • Línea Nacional: 01 8000 936670
www.uniminuto.edu

Anexo C. Carta invitación Validador 1



Fecha 07 de noviembre del 2024

Respetado

YURGEN CUEVAS RODRIGUEZ
-Magister Coordinador Docente investigador UFPS

Cordial saludo.

En el marco de los procesos de investigación de la Maestría en Ambientes de Aprendizaje de la Corporación Universitaria Minuto de Dios de Cúcuta, se está realizando la investigación: - *Gamificación para la gestión emocional y el proyecto de vida: Un enfoque para mujeres migrantes venezolanas*-, liderada por el estudiante Emerson David Contreras Galvis.

Por tanto, conocedores de su experticia disciplinar en el campo de la educación, magister en Práctica pedagógica, Coordinador Docente investigador UFPS, miembro del comité directivo de la Red Colombiana de Semilleros de Investigación, solicito de su valiosa colaboración para la revisión del instrumento, donde se utilizan dos técnicas principales para la recolección de información: la observación participante y la entrevista estructurada-semiestructurada. Estas técnicas permitirán obtener información rica y profunda sobre la realidad de las mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, incluyendo sus necesidades, desafíos, experiencias y perspectivas en la gestión emocional y el desarrollo de su proyecto de vida diseñada(o) para cumplir con el propósito principal de la investigación: Desarrollar un programa de ambiente de aprendizaje gamificado para la gestión emocional y el desarrollo del proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, beneficiarias indirectas del programa de Ludoteca de la Corporación Organización El Minuto de Dios regional Santander.

La investigación se asume metodológicamente desde el enfoque cualitativo, guiado por el paradigma pragmatista sociologista. Esta elección se fundamenta en la necesidad de comprender las realidades específicas y multifacéticas de las mujeres migrantes venezolanas en la Comuna 8 de Cúcuta, así como en la búsqueda de soluciones prácticas y contextualizadas para abordar sus desafíos en la gestión emocional y el desarrollo de su proyecto de vida. con diseño basado en la metodología de la Investigación-Acción Participativa (IAP), la cual se alinea con los objetivos y el enfoque pragmatista sociologista de la investigación.



La IAP se caracteriza por ser un proceso cíclico, reflexivo y colaborativo, donde la investigación se convierte en un proceso de acción transformadora que involucra a todos los participantes, con un tamaño de la muestra no probabilístico, pues no se espera generalizar los resultados, sino profundizar en el dato cualitativo aportado por los objetos de análisis.

Así las cosas, se seleccionarán a los participantes mediante un muestreo no probabilístico, específicamente un muestreo por conveniencia o intencional. Este tipo de muestreo se considera adecuado para este estudio por su enfoque cualitativo y por la necesidad de trabajar con un grupo específico de mujeres migrantes que participan en el programa de Ludoteca, permitiendo la participación y la construcción conjunta del conocimiento. lo que implica que el tamaño de la muestra estará definido por la saturación de la información. Es decir, se irá incluyendo a nuevas participantes hasta que se obtenga información relevante y repetitiva, lo que indicará que se ha alcanzado un punto de saturación y que no se obtendrán datos nuevos con la inclusión de más participantes. Se estima que la muestra estará compuesta por un grupo de entre 10 a 15 mujeres migrantes, considerando que la investigación se centrará en la construcción de un programa gamificado que se adapte a las necesidades y experiencias específicas de este grupo.

El instrumento consta en total de 11 preguntas que pueden complementarse con nuevas preguntas o ítems durante la aplicación de la técnica. Después de aplicar el instrumento, se asumirá como técnica de análisis de información se utilizarán técnicas de análisis de contenido y análisis temático. Se analizarán los datos obtenidos en los diarios de campo y las encuestas, buscando identificar patrones, tendencias, y temas recurrentes. Se utilizarán herramientas de software para el análisis de datos cualitativos, como el Atlas.ti.

Para el proceso de validación, por favor realizar los siguientes pasos:

1. Diligenciar el Formato 1 - archivo en Excel: "Guía de entrevista a validar".
2. Diligenciar el Formato 2 – archivo en Word: formato de Validaciones y observaciones generales. Para que por favor sea aprobado y firmado.
3. Finalmente, usted debe allegar en forma digital ya diligenciados:
 - El Formato 1 - archivo en Excel (pestaña 3):** validación del instrumento
 - El Formato 2 – archivo en Word:** Formato de observaciones y Validación general.



Finalmente le expreso mi más sincero agradecimiento por su receptividad para dar su opinión como experto en la materia.

Atentamente

Nombre y Apellido:

Emerson David Contreras Galvis
Estudiante maestría en Ambientes de Aprendizaje
ID 941360
emerson.contreras@uniminuto.edu.co

FIRMA DEL VALIDADOR
YURGEN CUEVAS RODRIGUEZ
-Magister Coordinador Docente investigador UFPS

Anexo D. Observaciones y validación general del Validador 2



Fecha 7 de noviembre 2024

Tesis de maestría: - *Gamificación para la gestión emocional y el proyecto de vida: Un enfoque para mujeres migrantes venezolanas-*.

Formato 2: Formato de observaciones y Validación general

Observaciones en la Categoría:

Categoría Integración Comunitaria, se recomienda profundizar en la diversidad de experiencias individuales, considerando factores como el idioma, la cultura y las oportunidades laborales, que son esenciales para una integración exitosa.

Es fundamental identificar y abordar las barreras comunes, como posibles prejuicios o dificultades de acceso a servicios, que los migrantes pueden enfrentar. Además, fomentar la participación activa en la comunidad puede facilitar la conexión y aceptación de los migrantes. Por último, incluir una evaluación detallada sobre las áreas en las que los migrantes sienten la necesidad de cambios permitirá desarrollar políticas efectivas y fortalecer las redes de apoyo, generando un entorno más inclusivo y comprensivo para todos.

Es importante, recordar el realizar las preguntas en tercera persona, inicialmente no se recomienda el tutear a los consultantes.

Observaciones en la Categoría:

En la categoría "Gestión Emocional y Bienestar" son acertadas y pertinentes, ya que abordan aspectos cruciales de la experiencia migratoria. Para mejorar la claridad, se sugiere formular las preguntas de manera que sean más directas y fácilmente comprensibles. Por ejemplo, en lugar de "¿Cómo ha impactado la experiencia migratoria en tu estado emocional?", se podría reformular como "¿Qué cambios has notado en tu estado emocional desde que llegaste a Colombia?".

Anexo E. Carta invitación Validador 2



Fecha 07 de noviembre del 2024

Respetada

Diana Carolina Amaya Guerrero

Especialista en psicología clínica

Especialista en práctica pedagógica universitaria

Magister en Asesoría familiar y gestión de programas para la familia.

Estudiante Doctorado en estudios sociales

Universidad del externado

Cordial saludo.

En el marco de los procesos de investigación de la Maestría en Ambientes de Aprendizaje de la Corporación Universitaria Minuto de Dios de Cúcuta, se está realizando la investigación: - *Gamificación para la gestión emocional y el proyecto de vida: Un enfoque para mujeres migrantes venezolanas*-, liderada por el estudiante Emerson David Contreras Galvis.

Por tanto, conocedores de su experticia disciplinar en el campo de la educación, su formación como especialista en psicología clínica, en práctica pedagógica universitaria, magister en Asesoría familiar y gestión de programas para la familia, y estudiante Doctorado en estudios sociales Universidad del externado, solicito de su valiosa colaboración para la revisión del instrumento, donde se utilizan dos técnicas principales para la recolección de información: la observación participante y la entrevista estructurada-semiestructurada. Estas técnicas permitirán obtener información rica y profunda sobre la realidad de las mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, incluyendo sus necesidades, desafíos, experiencias y perspectivas en la gestión emocional y el desarrollo de su proyecto de vida. diseñada(o) para cumplir con el propósito principal de la investigación: Desarrollar un programa de ambiente de aprendizaje gamificado para la gestión emocional y el desarrollo del proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, beneficiarias indirectas del programa de Ludoteca de la Corporación Organización El Minuto de Dios regional Santander.

La investigación se asume metodológicamente desde el enfoque cualitativo, guiado por el paradigma pragmatista sociologista. Esta elección se fundamenta en la necesidad de comprender las realidades específicas y multifacéticas de las mujeres migrantes venezolanas en la Comuna 8 de Cúcuta, así como en la búsqueda de soluciones prácticas y contextualizadas para abordar sus desafíos en la gestión emocional y el desarrollo de su proyecto de vida. con diseño basado en la metodología de la Investigación-Acción Participativa (IAP), la cual se alinea con los objetivos y el enfoque pragmatista sociologista de la investigación.

Línea de Atención al Usuario: 593 30 04 • Línea Nacional: 01 8000 936670

www.uniminuto.edu



La IAP se caracteriza por ser un proceso cíclico, reflexivo y colaborativo, donde la investigación se convierte en un proceso de acción transformadora que involucra a todos los participantes, con un tamaño de la muestra no probabilístico, pues no se espera generalizar los resultados, sino profundizar en el dato cualitativo aportado por los objetos de análisis.

Así las cosas, se seleccionarán a los participantes mediante un muestreo no probabilístico, específicamente un muestreo por conveniencia o intencional. Este tipo de muestreo se considera adecuado para este estudio por su enfoque cualitativo y por la necesidad de trabajar con un grupo específico de mujeres migrantes que participan en el programa de Ludoteca, permitiendo la participación y la construcción conjunta del conocimiento. lo que implica que el tamaño de la muestra estará definido por la saturación de la información. Es decir, se irá incluyendo a nuevas participantes hasta que se obtenga información relevante y repetitiva, lo que indicará que se ha alcanzado un punto de saturación y que no se obtendrán datos nuevos con la inclusión de más participantes. Se estima que la muestra estará compuesta por un grupo de entre 10 a 15 mujeres migrantes, considerando que la investigación se centrará en la construcción de un programa gamificado que se adapte a las necesidades y experiencias específicas de este grupo.

El instrumento consta en total de 11 preguntas que pueden complementarse con nuevas preguntas o ítems durante la aplicación de la técnica. Después de aplicar el instrumento, se asumirá como técnica de análisis de información se utilizarán técnicas de análisis de contenido y análisis temático. Se analizarán los datos obtenidos en los diarios de campo y las encuestas, buscando identificar patrones, tendencias, y temas recurrentes. Se utilizarán herramientas de software para el análisis de datos cualitativos, como el Atlas.ti.

Para el proceso de validación, por favor realizar los siguientes pasos:

1. Diligenciar el Formato 1 - archivo en Excel: "Guía de entrevista a validar".
2. Diligenciar el Formato 2 – archivo en Word: formato de Validaciones y observaciones generales. Para que por favor sea aprobado y firmado.
3. Finalmente, usted debe allegar en forma digital ya diligenciados:
 - El Formato 1 - archivo en Excel (pestaña 3):** validación del instrumento
 - El Formato 2 – archivo en Word:** Formato de observaciones y Validación general.



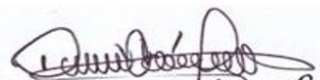
Finalmente le expreso mi más sincero agradecimiento por su receptividad para dar su opinión como experto en la materia.

Atentamente

Nombre y Apellido:


Emerson David Contreras Galvis
Estudiante maestría en Ambientes de Aprendizaje
ID 941360
emerson.contreras@uniminuto.edu.co

FIRMA DEL VALIDADOR


Diana Carolina Amaya G.
Psicóloga
Mg. Asesoría Familiar
T.P. 219004

Diana Carolina Amaya Guerrero
Especialista en psicología clínica
Especialista en práctica pedagógica universitaria
Magister en Asesoría familiar y gestión de programas para la familia.
Estudiante Doctorado en estudios sociales
Universidad del externado

Anexo F. Consentimiento informado

MAESTRÍA EN AMBIENTES DE APRENDIZAJE

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN LA ENTREVISTA

Título de la investigación: *Gamificación para la gestión emocional y el proyecto de vida: Un enfoque para mujeres migrantes venezolanas.*

Investigadores: Emerson Contreras Galvis y Yuri Elena Cetina Jaimes

Objetivo general de la investigación: Desarrollar un Ambiente de aprendizaje gamificado para la gestión emocional y el desarrollo del proyecto de vida de mujeres migrantes venezolanas de la Comuna 8 de Cúcuta, beneficiarias indirectas del programa de Ludoteca de la Corporación Organización El Minuto de Dios regional Santander.

Invitación a participar en la entrevista:

Te damos una cálida bienvenida a este espacio seguro y confidencial, diseñado especialmente para mujeres valientes como tú. Nos interesa conocer y comprender tu experiencia migratoria, tus desafíos, tus sueños y aspiraciones. A través de esta entrevista, queremos dar voz a tu historia y destacar la resiliencia que te caracteriza a ti y a muchas otras mujeres migrantes venezolanas en Cúcuta. Tu participación es fundamental para el desarrollo de un ambiente de aprendizaje gamificado que busca fortalecer la gestión emocional y el proyecto de vida de mujeres.

Detalles de la entrevista:

- Duración: 60 minutos aproximadamente con posibilidades de extenderse, de acuerdo con la participante.
- Lugar: Kdx Los Canarios Antiguo Colegio Minuto de Dios. Ludoteca Transformando Vidas.

Al participar en esta entrevista, usted da su consentimiento para que la información que comparta sea grabada y utilizada con fines de investigación y para el desarrollo del programa mencionado. Su participación es voluntaria y puede retirarse en cualquier momento. La información que proporcione será tratada de forma confidencial y no se utilizará para ningún otro propósito sin su consentimiento.

Por favor, confirme que ha leído y comprendido este formato de consentimiento informado y que acepta participar en la entrevista.

Fecha: _____
 Nombre completo: _____
 Tipo del documento de identidad: _____
 Número del documento de identidad: _____

Firma: _____